

اس کتاب کا طبع و نشر و طبعی عالم و پیر و استاد کی طرف سے ہے۔

پیش

# علم النفس

مؤلفہ  
امام مرزا محمد علی صاحب شفق راپوری

# مجلہ اعمال تارہ رامپور

اول - دہرہ  
رہنمائیات کے نامور ائمہ دہلی علی شہق رامپوری کی ترتیب

روحانی حکومت استعجائے فالانہ، نبیجات فالانہ، حیات، اہم عظم، تاریخ، ادب،  
منظری ٹوٹنے، دست غیب، قدرت اور سائنس، اور شمس، اسرار تصوف، راس  
جسم کمرہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ، جہنم پتہ،  
علم النفس، علم سائنس، علم الحروف، علم سائنس، علم الحروف، علم سائنس، علم الحروف،  
علمیات، نظریہ الحقیقت، روحانی حقیقت، ارضی و سماوی حالات، تاثیر قرآن،  
فال قرآن، روضہ فقر، ملک الکلام، قرآن، زہر، حیات، استعجائے دعا،  
مردان غیب، قوت ارادی، مشق ہندی، علم سائنس، علم الحروف، علم سائنس، علم الحروف،  
کشف القیور، خاص اعمال، تجرید شمس، منیر ہمزاد، طب قدرت، کرشمہ قدرت،  
جادو، حالات سیارگان، مہنہ دید، تیغ نامہ، سائنس کامل، سائنس کامل، سائنس کامل،  
سحر روحانی، خیالان، سعید سائنس، نظریات پیشینگوئی، علم تخمینہ، چاند گہن، اعمال،  
ہمزاد، طلسم خاص، بجائی منصب، طب روحانی، نفس معظف، فراست الہیہ، روحانی سفر،  
روح و سان، آدراد خاصہ، اسب، نقوش خاصہ، نقوش اصحاب، کتب رحمت، پتہ پتہ،  
ایام سعد و نحس، چہل کاف کا عمل، شعور، اجتماع سیارگان، توجہ عام، رحمت فالانہ،  
عمل مشرقی۔

حصہ اول - ۲۷۵/-، حصہ دوم - ۲۷۵/-، بحال - ۵۵۰/- روپے  
محصول ٹوٹک بندہ مریدار، تفصیل بہت کتب حیات، طب کیمیا، کتابیکہ ہمزاد، داندہ ہوگی  
کتب خانہ شان اسلام، راحت، مارکیٹ چوک، اردو بازار، لاہور، پاکستان  
فون - ۱۲۰۱۱۲۰ - ۳۵

# نذر عقیدہ

میں اپنی پہچان کر دینا علم میں کامل بلکہ اکمل تصنیف کو  
 نہایت عزت و احترام سے جناب محترم مرزا ناصر الدین  
 مسعود صاحب بہادر سکریٹری کونسل راجپوتانہ  
 اسم گرامی سے معنون کرتا ہوں۔

گر قبول افتد زہے عز و شرف

شفیق

# حزینۃ الاسرار (اُردو) فوقوٹوٹ

## در محبوب الابرار حضرت امام حق بن علی رضی اللہ عنہ

اعمال وادارہ کلام الہی، احادیث نیت، ذکر الہی کی نیتیں، الدین النصیحة، شرافت کلام الہی، اسرار وحی، ترتیب سورہ جمع القرآن، رسم الخط، تعلیم قرآن مجید، مکرم قرآن مجید، مراقبہ واستقامت، اسرار نماز، ذائق ہر قسم راتوں اور دنوں کی فضیلت، ذائق رمضان، ذائق مصائب قرآن سے طلب شفا، جائزہم اور جہاد، طلب بارش، مصنف کو تجربہ ذاتی، خواص آیات قرآنی، ذاتی مرد عورت کی اصلاح کا عمل، گھروں سے جن نکالنا، حاضری مفرد کے لئے عمل و روحانی، آئینہ از مآئیں کے فضائل، نقشبندی سلسلے کے بعض مشائخ کے اعمال، قرآنی سورتوں اور آیتوں کے روحانی اسرار و اشارات غریبہ، اسرار الحمد و روحانی تسبیح و تہنیت، وحی کلبی کی حکایت، ختم خواجگان، ابن عربی کا رسالہ السلوک الی الحق کا ترجمہ، مرشد کامل شیخ شہروردی کی وصیت و غیرہ اعمال و روحانی صفات ۱۴۰ قیمت ۲۲۵ روپے طب مکملہ عملیات و تجویزات علم کیمیا و کشتہ جات امراض مردان و نسوان کی کتب کی تفصیلی فہرست کتاب کے ہمراہ روانہ ہوگی۔

کُتُب خانۂ شائِن اسلام

رلعت مارکیٹ چوک اُردو بازار لاہور پاکستان فون ۳۵۱۱۲۰



علم و حکمت کو کیا طاقت کہ علم النفس کی توضیح و تشریح کر سکے نفس ایک جوہر شریف اور  
 صفت لیلیف ہے جس کی اہمیت اور لطافت من عرفتہ فہمہ تعذرا عرفہ و شہدہ  
 سے واضح اور واضح ہے۔ علمائے متین اور اولیائے کاملین بھی اس بحرِ ذفا و دریا  
 ناپید اکنا کے ساحل تک نہ پہنچ سکے۔ پھر کہاں میں اور کہاں بہ علمِ عظیم المرتبت۔  
 ”مراقبہ ہے کہ میں جانوں یہ سرکاروں کی باتیں ہیں“ لیکن ۱۹۳۲ء سے ۱۹۴۲ء  
 تک میں اپنے رسالے (حال روحانی عالم۔ سابق روحانی دنیا) میں ہر جہت علم النفس حسب  
 حوصلہ و علم بحث کرتا رہا ہوں۔ ان تمام مضامین پر شان درنشاں کو بلکہ نظم و ترتیب  
 میں منسلک اور قلم کر دیا۔ تاکہ شائقین علم النفس کو پاشاں اور آفتاں مضامین مجبوجا  
 حالت اور صورت میں مل سکیں اور اس طرح فہم و ادراک سے قریب ہو سکیں۔  
 اس سے قبل بعض چھوٹے چھوٹے رسالے اس علم پر ضرور دیکھے گئے۔ لیکن کوئی مبسوط  
 اور شرح کتاب علم النفس پر میری نظر سے نہیں گذری۔ عالمان ہندو اس علم کو مروجہ  
 کہتے ہیں اور یہ علم ان کی کتابوں میں قدیم سے چلا آتا ہے۔ لیکن جب نفس قدیم ہے اس  
 مراد وہ قدیم نہیں جو عادت کے مقابلہ پر ہے، تو اس کا علم بھی قدیم ہے۔ مسلمانوں نے چاہا  
 دنیا بھر کے علوم میں جس تحقیق و تدقیق اور آگاہیاں علم النفس ہی ان کے قلمِ اغیار رقم کا  
 ممنون۔ مرہون ہے اور مسلمانوں کی وفاداری و نقادی اسی مختصر رسالے سے آپ  
 معلوم کر سکتے ہیں۔ باوجودیکہ اسلام کی تحقیق کے مقابلہ میں یہ رسالہ ایک ذرہ ہے ریختان  
 ناپید اکنا رکا اور ایک قطرہ ہے دریائے ذفا رکا۔ لیکن اس جامعیت اور خصوصیت کے  
 ساتھ علم النفس پر کوئی بھی اپنے بیان کی کتاب پیش نہیں کر سکتا۔ دنیا کا کتاب خانہ اس  
 علم پر اس جامعیت سے غالی نظر آئے گا۔ مجھے امید ہے کہ تشنگانِ ختمہ علم النفس اس  
 سارے کثیف افزائے سیراب ہو سکیں گے۔

نوشتہ بماند سبیر سید ذلیفندہ رنیت فردا امید

یہ کتاب اس وقت بھی کسی کے زیر نظر ہوگی جب شفق خاک میں معدوم ہو چکا ہوگا  
میں ناظر۔ اسے اس کتاب کے مطالعہ کرنے والے اللہ کے واسطے شفق کے لئے دعائے  
معفرت کرو اور اس کی گناہ آلودہ روح کو تھمہ دعائے شاد کر۔ اللہ تعالیٰ تیری بھی  
معفرت کرے۔ آمین۔

ہاں اسحق بن ابراہیم تعالیٰ فی اللہ ارمین نفس بفتح زین وسکون فایا نفس  
بفتح زین قدرت کا ایسا مرتبہ ناز ہے جو آج تک حل نہ ہو سکا۔ نفس کا دوسرا نام روح  
ہے۔ جس کی ماسیت اور حقیقت ازل سے اب تک محبوب و مستور رہی۔ ذائق روح  
والجسد نے علیٰ اللہ وجہ من اہم رقی کا حکم واجب الانقیاد جاری فرما کر اسان وادہان کی  
تھر کر دی۔ اور آئینہ بخت و تجسس کا دروازہ بند کر دیا۔ نفس بفتح زین لغت میں یعنی دم آیا  
ہے اور وہ جذب کرنا ہے نیم کا ناک یا منہ کے ذریعہ سے اور بفتح زین وسکون فایا  
روح و جان و حقیقت ہر شے صاحب قاموس و صراح نے یعنی خون بھی لکھا ہے۔  
اور صاحب چراغ ہدایت نے یعنی آلت تناسل بھی متعلیٰ ہونا ثابت کیا ہے (مجھے اس  
اتفاق نہیں) نہ خرا کہ لغات میں مختلف تشریح کی گئی ہے۔ لیکن اسے روح کہیے  
یا جان یا سانس یا خون۔ سوال یہ ہے کہ آخر یہ ہے کیا ہے یہ تو ظاہر ہے کہ انسانی  
زیست کا دار و مدار اسی آمد و شد اور بسط و قبض پر ہے۔ ہر نفسے کہ فرو میرود  
موجبات است و چون برمی آید مفرح ذات کھلکا کا قول ہے کہ یہ ایک جوہر  
نبیلہ ہے کہ بذاتہ ادراک معقولات کرتا ہے۔ لیکن اس نکتہ پر محققین کا اختلاف ہے کہ وہ  
جسم ہے یا جسمانی۔ یہ تفصیلات اور تاویلات بہت ہی طویل ہیں۔ چونکہ میرا موضوع  
اور مطلب ادراک نفس سے نہیں بلکہ اخراجات نفس سے ہے۔ اس لئے میں اس بحث کے  
ظہر انداز کرتا ہوں۔ اور اس لئے کہ علماء کی باہمی گفت و شنید صرف ذرا طبیعت  
ہے۔ ورنہ درحقیقت روح کی تمام بحث و فتر لے مضمی ہے اور۔ اس دفتر کے مضمی

غرق تھے ناب اقلے "مختصر یہ ہے کہ نفس ایک جوہر بسیط ہے جو تمام حصہ میں  
 طاری و ساری ہے۔ حسب احکام شریعت اس کا نام روح۔ اور موافق اصطلاح  
 حکماء اس کا نام نفس ہے۔ اور جس طرح جسم اور جسمانی کی بحبت مانند شب و فراق  
 طوفانی ہے۔ اسی طرح امر اور خلق کا اختلاف سلسلہ امید کی طرح ناقابل قطع ہے  
 لیکن شریعت نے اسے امر ہی قرار دیا ہے "قل الله وحده من امر ربی" ارباب  
 تصوف نے نفس کو سات قسم پر تقسیم کیا ہے۔ وحده النفس النورس سبحه  
 اول نفس اماره۔ عالم شہادت سے اس کا تعلق ہے۔ خواہشات اور نفسیات کی  
 انجنت اس سے متعلق ہے۔ مکروہات اور معصیات کا منبع اور منہیات و مبینات کا  
 مرجع ہے اس کا محل صدور ہے یعنی سینہ میں اس کا قیام ہے۔ متکرات و فواحشات  
 اس کی واقعیت ہے۔ ان النفس الامارة بحکمہ بالتوہ اجسام پر وارد ہوتا ہے۔  
 اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے۔ ستارہ مرتج سے اس کا تعلق ہے۔ اس کی جہت  
 غیر اللہ ہے۔ ویدم نفس النور امتہ عالم برزخ سے اس کا تعلق ہے اور محل ظهور  
 دل ہے۔ محبت و مودت۔ رحم و شفقت اس کی طبیعت ہے۔ طریقت پر ال ہوتا  
 ہے۔ رنگ اس کا زرد ہے۔ اس کی جہت اللہ ہے۔ اس کا تعلق قر سے ہے۔ سوم  
 نفس الملیئہ عالم ارواح سے اس کا تعلق ہے اس کا منظر علی اللہ ہے۔ مقام اور  
 مکنت روح ہے۔ اس کی خواہش عشق ہے عشق کے جذبے اس منبع سے پھرتے ہیں  
 معرفت پر وارد ہوتا ہے اس کا رنگ سرخ ہے۔ شمس سے اس کا تعلق ہے۔ چہارم  
 نفس الطینت ہے۔ قرآن پاک میں اسے فاص انداز سے مخاطب کیا گیا ہے یا ایہا النفس  
 المطمینۃ الرجوی الخ ویکف مراد ضمیمہ ہے۔ اس کی  
 ترویج کا وہ منبع اللہ ہے۔ عالم حقیقت سے اس کا تعلق ہے۔ اس کا نام برہم و تشدید  
 ہے۔ اس کی تمنا اصل ہے۔ حقیقت پر وارد ہوتا ہے۔ اس کا رنگ سفید ہے۔ دوسرے



اس کا تعلق ہے۔ پیغمبر نفس الراضیہ۔ اس کی جبرت فی اللہ ہے۔ عالم لاہوت سے  
 اس کا تعلق ہے۔ اس کا محل سر الستر ہے۔ اس کی خواہش فنا ہے۔ اور اس نے حقیقت کو  
 ادراک کرنا ہے۔ اس کا ذریعہ ہے۔ ستارہ مشرقی سے منسوب ہے۔ ششم نفس المرئیہ  
 اس کی جگہ انوار عن اللہ ہے۔ عالم ذات سے اسے نسبت ہے۔ اس کا محل انوار مریدہ  
 دل ہے۔ اس کی فطرت جبرت ہے۔ کذب ذات کا ادراک کرنا ہے۔ اس کا رنگ سیاہ  
 ہے۔ اس کے کذب ذات پر وہ جبرت ہی میں پوشیدہ ہے۔ ستارہ زحل سے اس کا تعلق  
 ہے۔ ہفتم نفس الکام ہے اس کی نگاہ بے غاروف باللہ ہے۔ اور اسی طرف اشارہ  
 متن عن وقت دفعہ فقد من وقت ویت بخا۔ کا۔ عالم وحدت سے اس کا تعلق  
 ہے۔ اس کی فطرت بقا ہے (اس کے حضور علیہ السلام کو حیات انہی تسلیم کیا گیا ہے۔  
 مگر اس کا ذریعہ نہیں۔ وحدت میں کثرت اور کثرت میں وحدت کا رنگ اختیار  
 کرتا ہے۔ اور دھماکا دھماکا سے بھرتا کرتا ہے۔ اس کا سبب چھایا ہے۔ شب معراج  
 میں جب حضور علیہ السلام فلوت نامہ فاس منہ ذکات قاب قوسین پر جلوہ  
 فرماتے۔ بخشش امت کی بحث و بان بھی جاری تھی۔ یہ وحدت میں کثرت کا تماشا ہے اور  
 نفس الکامل کا اثر تھا۔ اور اس کا نص و مقام بھی معین نہیں۔ بدیہ کہ حضور علیہ السلام کے  
 حضرات میں ہے کہ ایک وقت فائز حضور علیہ السلام کی لہری کا نام) اور حضرت  
 زینب کی طرف متوجہ ہو جاتے تھے۔ حضرت بلال سے حکم فرماتے تھے۔ اور دوسرے  
 وقت حضرت جبریل علیہ السلام کی طرف بھی توجہ نہیں فرماتے تھے۔ اس لئے منقین کا تعلق  
 عطار سے ہے۔ اس تقسیم میں آپ کو معلوم ہو گا کہ اس کی سات قسمیں ہیں اور سبعہ  
 سیارگان سے اس کا تعلق ہے۔ جن اصحاب عالم انفس کو صرف دو مداروں دس و  
 فریاد ختم کر دیا ہے۔ عدم تفکر و تنجیر کی دلیل ہے۔ ان کی چشم ظاہر میں فناء کے دو مدار  
 کا اعتبار کرتے ہوئے۔ دو مداروں سے ہی منسوب کر کے اس علم کو ختم کر دیا۔ حالانکہ یہ نظر قلیلی

اور میں آئندہ چکر اسپر مشعل بحث کرونگا۔ اس تقسیم نے اس بحث کا دروازہ کھول دیا  
 کہ آیا یہ تقسیم حیثیت ذات ہے یا باعتبار صفات۔ یعنی کیا نفس باعتبار ذات واحد ہے  
 اور باعتبار صفت منقسم ہے۔ یا اس تقسیم کے ساتھ ذات اور حقیقت بھی منقسم اور متغایر  
 ہو جاتی ہے۔ ارسطو کی تحقیق یہ ہے کہ نفس باعتبار صفات منقسم ہے اور بحیثیت  
 ذات واحد ہے۔ اور اکثر فلاسفے ارسطو کی اتباع کرتے ہوئے نفس کو باعتبار ذات  
 واحد اور باعتبار صفت منقسم تسلیم کیا ہے۔ لیکن افلاطون۔ بقراط۔ جالینوس کی  
 تحقیق ہے کہ یہ تقسیم باعتبار صفات نہیں بلکہ باعتبار ذات ہے۔ یعنی یہ انساں ہی  
 بجائے خود ذات ہے۔ اور ایک جماعت محققین اور متکلمین کی ان کی بھی ہمنوا ہے لیکن  
 میں ارسطو کی تحقیق کو ہی معتبر مانتا ہوں۔ مثلاً یہ شاید ہے کہ ایک انسان میں دو قتا  
 فوقتاً تغیر و تبدل ہوتا رہتا ہے۔ ایک انسان کبھی نیک۔ کبھی بد۔ کبھی رنجیدہ  
 ہے۔ کبھی خوش۔ اگر نفس کا باعتبار ذات تقسیم ہونا مان لیا جائے تو پھر تغیرات  
 انقلابات کا تسلیم کرنا محال ہو جائیگا۔ اور تغیرات کا انکار بدہیئات کا انکار ہے  
 کنا لا یحیی علی طبعہ السلیعہ۔ ہاں یہ توجہ یہ ہو سکتی ہے کہ ایک انسان میں نفس کا  
 تبادلاً ہوتا رہتا ہے مگر اس کی رکاکت اہل نظر پر پوشیدہ نہیں۔ فطرت اور طبیعت  
 تبدیل نہیں ہوتی۔ تعلیم و تعلم یا کسی دوسرے ذرائع سے حقیقت اشیا تبدیل نہیں  
 ہوتی۔ اس بنا پر ایک جماعت نے یہ کیا کہ وجود سے انکار کر دیا ہے۔ کیونکہ تبدیل  
 حقیقت متغیر ہے۔ البتہ صفات متغیر ہوتے ہیں۔ اور یہ نظریہ محتاج دلیل نہیں کہ  
 تعلیم و تعلم سے نفس کی اصلاح ہو جاتی ہے۔ وہ اوتے سے اعلیٰ اور اعلیٰ سے اونے کی  
 طرف مائل ہوتا رہتا ہے۔ اگر تقسیم ذاتی مان لی جائے تو پھر تغیر و تبدل محال ہو جائیگا  
 اور قطع نظر دوسرے شعبوں کے شریعت میں بڑی الجھنیں پیدا ہو جائیگی۔ اور  
 یہی وہ بحث ہے جس نے جبر یہ اور قدر یہ فرقوں کو پیدا کیا۔ اور یہی مسئلہ

جڑا سزا کا منبع اور مطلع ہے۔ اور یہی قرعہ ہے تقدیر و تدبیر کی۔ قرآن پاک میں بھی  
متعدد آیات اس سلسلے سے متعلق مافی جاتی ہیں، اور جس پر اختیار کی بحث آج تک  
غیر ختم ہے۔ درہم تقسیم ذاتی اور صفائی کا ہی جھگڑا ہے۔ مثلاً ایک جگہ قرآن پاک نے  
نفس کو باعتبار ذات واحد تسلیم کیا ہے مثلاً ہم بلکہ عینی فہم لا پر جہوت  
اور خدا للہ علی قلوبہم و علیٰ - بمعہم و علیٰ ایضا دہم عشاء دہ  
اور من محمدہ اللہ فلا مقبل لہ ومن یضللہ فلا ہادی لہ  
لیکن دوسری جگہ نفس کی ذاتی تقسیم پر زور دیا گیا ہے مثلاً اِنَّہ کانت قواۃ  
اور لیست الا قواۃ سکتا اور اھل قواۃہم را للستقیم  
اور بہت سی آیات قرآنیہ میں جو بلا ہر ایک دوسری کی لغات نظر آتی ہیں جس میں  
ایک طرف نفس کے ذاتی ہونے پر دلیل ملتی ہے اور دوسری صفائی ہونے پر۔ لیکن  
حقیقت یہی ہے کہ یہ تقسیم صفائی ہے۔ اور نفس انارہ تعلیم تعلم - توبہ اور استغفار  
مجاہدہ۔ رباعیات۔ عبادت۔ تقویٰ سے نفس کو امہ و مطہرہ۔ مرضیہ وغیرہ وغیرہ  
بن سکتا ہے اور اس کے لئے کسی دلیل کی ضرورت نہیں۔ ایک آدمی فسق و فجور میں  
مبتلا ہے۔ زنا۔ چوری۔ شراب اور تمام لوازمات نفسانہ اس میں جمع ہیں اور  
اس پر مداومت اور عزادیت ہے۔ لیکن یکا یک وہ پٹکا کھاتا ہے اس میں انقلاب  
آتا ہے۔ وہ تمام مصائب سے توبہ کر لیتا ہے اور زنا پر و غابہ بن جاتا ہے اب ہم اسے  
نفس انارہ کے دائرہ سے خارج کریں گے۔ اور یہی دلیل ہے کہ نفس باعتبار ذات  
نہیں بلکہ باعتبار صفت تقسیم ہے۔

اس بدینی اور فانی ہونے کی تشریح بیکار ہے کہ ان کی زندگی کا دار و  
مدار سانس پر ہے۔ بالفاظ صحیح زندگی کا نام ہی نفس ہے۔ اس کا عدم و خود ان کا  
عدم وجود ہے۔ باقی اعضا تو مرنے کے بعد بھی قائم و بحال رہتے ہیں۔ لیکن موت کا فترتے

نفس کے عدم پر ہی دیا جاتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں تو معلوم ہو گا کہ مرنے سے قبل (اکل  
 کھنڈہ سے دو گھنٹہ تک) ناک کے رانٹہ سے سانس کی آمد و رفت کم ہو جاتی ہے۔ اور  
 منہ کے ذریعہ زیادہ شروع ہو جاتی ہے۔ اور مرنے وقت منہ کے راستے ہی سے  
 سانس یعنی روح نکلتی ہے۔ اس کے یہ معنی ہیں کہ چونکہ ناک کے نھنوں کا تعلق  
 سیارگان سے ہے۔ اور اب وہ آخری وقت آ گیا ہے کہ سیارگان سے تعلق اور  
 نسبت قطع ہو چکی ہے۔ اس کے نھنوں سے سانس کی آمد و رفت بھی منقطع ہو جاتی  
 ہے۔ اور جب انسان میں حیات کی پہلی برقی لہر دوڑتی ہے (شکر مادر میں) تو بچہ  
 منہ سے ہی سانس لیتا ہے جب اس کا منسلک سیارگان سے ملتا ہے تو ناک کے ذریعہ  
 سے آمد و رفت شروع ہو جاتی ہے۔ مکملانے تجربہ کیا ہے کہ مرنے سے تین روز  
 قبل (زیادہ سے زیادہ) خوشبو اور بدبو کا احساس انسان میں مفقود ہو جاتا ہے  
 یعنی موت کا اثر نفس پر ہو جاتا ہے۔ موت کے قریب ہونے کی نمایاں علامتیں یہ ہیں  
 ناک کا اترا پڑا حصہ مڑ جاتا ہے اور نھنے پکچک جاتے ہیں۔ بال بکھر جاتے ہیں۔ دانت  
 سفید اور بعض حالات میں سیاہ ہو جاتے ہیں۔ انسانی مشینری میں محرک پرزہ  
 سانس اور محض سانس ہے جب تک یہ پرزہ حرکت میں ہے۔ تمام مشینری حرکت  
 میں ہے اور جب اس پرزہ کی حرکت بند ہو جاتی ہے تو تمام مشینری معطل اور بیکار  
 ہو جاتی ہے۔ لہذا نفس کا نام ہی انسان۔ اور انسان کا ہی نام نفس ہے۔ اور نفس کا  
 نام ہی حیات انسانی اور حیات انسانی کا ہی نام نفس ہے۔ جو قدر دیگر علوم ہیں مثلاً  
 نجوم۔ زحل۔ جفر وغیرہ یہ سب فروعات اور علم النفس حقیقت ہے۔ لیکن عوام  
 میں متداول نہ ہونے کی وجہ سے یہ ترقیب علم کس میر سی کی حالت میں پڑا ہوا ہے۔ میری  
 تحقیق اور تجربہ یہ ہے کہ کوئی علم علوم متعارفہ و معلومہ سے اس علم کی ہم سہی نہیں کر سکتا  
 یہ قدرتی علم ہے۔ اگر کوئی صاحب اسپر تھوڑی سی محنت کرے کہ عبور اور تجربہ

ماہل کر لیں تو معلوم ہو جائیگا کہ اس علم کی ہمسری کوئی طاہر نہیں کر سکتا۔ اور اظہار ہے  
 ہے کہ بالکل سیدھا سا دھا اور اس کے قوانین صاف ستھور ہیں۔ کسی طرح کی مشکلات  
 اس میں نہیں۔ نہ متاروں کے گورکھ و نظریے اس میں ہیں اور نہ حروف کے  
 پیچ و تاب۔ نہ اس علم میں عربی اور فارسی کی ضرورت ہے نہ منکبات اور ہندی کی  
 نہ مستحکم کی دشوار گزار۔ وادیاں ہیں اور نہ رند کا پیڑا بکر جگر کہ انہ دونوں  
 ہیں۔ سیدھی اور صاف روش ہے جو بغیر کسی مبالغہات اور مشکل سے ان کے احوال مقصود  
 تک پہنچ جاتی ہے۔

میں نے کئی رسائل باہرین کی تصنیف کے اس موضوع پر دیکھے ہیں۔ لیکن مہری  
 نظریں وہ ناظر ہیں اور میں امید کرتا ہوں کہ یہ رسائل تمام مطالب و مقاصد پر  
 حاوی ہو گا۔

ارباب علم و حکمت پر روشیدہ نہیں کہ انسانی مہاشا کا اقتدار نفس کی شمار  
 ہے۔ قدرت نے جس قدر شمار عین کی سہ موت وہ شمار ختم ہو جاتی ہے بعض قدر انہ  
 اس ساد کو پالیا تھا۔ اور اپنی زندگی بعد با سال تک۔ پہونچانے میں کامیاب  
 ہوئے تھے۔ اور یہ ہی معنی ہیں اَلْاٰنِیَّتِ شَرِیْفِ کے۔ اِذَا جَاءَ اَجَلُہُمْ  
 لَا یَسْتَاْجِزُوْنَ سَاعَتَہٗ قَدْ کَانَ حِسْبَہٗ قَدْ وُفِّیَ حِسْبَہٗ اَجَلُہُمْ یعنی جب اجل پہنچتی  
 ہے تو ایک ساعت کی تقدیم و تاخیر نہیں ہو سکتی۔ اِذَا جَاءَ اَجَلُہُمْ یعنی جب تعداد  
 نفوس ختم ہو جاتی ہے تو پھر رشتہ حیات منقطع ہو جاتا ہے۔ قدرت نے ناک کے  
 سوراخ سالن لینے کے لئے بندھے ہیں۔ یہ ہی وہ دروازے ہیں جن سے ہمارے  
 حیات کا سفید قائم ہے۔ جو لوگ موت سے سانس لیتے ہیں وہ قانون قدرت کی آغوش  
 درزی کرتے ہیں۔ اور کسی بیماری میں مبتلا ہو کر قبل از وقت موت کے پہنچنے  
 میں گرفتار ہو جاتے ہیں۔ قدرت کا انتظام دیکھتے کہ ناک کے سوراخوں میں بال

بھی پیدا کر دیئے ہیں یہ بال بولت نہیں۔ بلکہ جات کے دروازوں میں آتی  
 سلاطین ہیں تاکہ کوئی منہ نہ داخل نہ ہو سکے۔ کشش نفس جاشیم جذب کرنا ہے  
 اور اس میں فکر نہ آئے جو الے جاشیم شامل ہوتے ہیں۔ وہ سب ان بالوں میں ایک  
 جلتے ہیں۔ گویا ناک کے تنہ قدرت کی چیلنی میں جس کے ذریعہ سے جو اچھڑ چھین کر  
 جاتی ہے۔ لہذا آپ اس کی مدد و منت اور عادت کریں کہ منہ سے سانس نہ لیا کریں۔ یہ  
 عادت غلات تہذیب بھی ہے۔ قانون قدرت کے بھی خلاف ہے۔ اور متعدد بیماریاں  
 کا پیش خیمہ ہے۔ دوسری عادت یہ پیدا کر لیا کہ سانس رک رک کر لیا کریں بے تھکا  
 پہلے در پہلے کسی سکون کے سانس لینا زندگی بھی کرنا ہے اور بیماریاں بھی پیدا ہوتی  
 ہیں جو پہلوان کثرت کرتے اور ڈنر پیتے ہیں انکی عمر عموماً کم ہوتی ہے۔ عزت و منت  
 اور مزدوری کرنے والے لوگ بھی عموماً کم عمر والے ہوتے ہیں۔ اس سے میری مراد  
 یہ نہیں کہ ورزش بڑی چیز ہے۔ ورزش صحت کے لئے ضروری شے ہے مگر اس کی  
 حد یہ ہی ہے کہ سانس نہ پھولنے پائے۔ جب سانس پر زور پڑتا دکھائی دے و ورزش  
 ختم کر دو۔ سانس کا پھولنا اور ورزش پر ورزش کئے جانا بہتر نہیں ہے۔ غرض کہ سانس  
 جیہ ہماری حیات کا دار و مدار ہے بہت ہی حفاظت کی مستحق ہے۔ اگر تم صاحب  
 شعور اور قدرت کے قدر دان ہو تو سانس کا کوئی حصہ بھی ضائع نہ ہوئے۔ دو تجربہ  
 شاہد ہے کہ جب سانس زور زور سے چلتی ہے تو دل کی دھڑکن اور جھٹکت بھی تیز  
 ہو جاتی ہے۔ یعنی سانس کی رفتار پر دل کی تڑپ منحصر ہے۔ اور ظاہر ہے کہ جب  
 دل کی تڑپ معمول سے زیادہ ہوگی تو اس میں کمزوری پیدا ہوگی اور دل کی  
 کمزوری جو بدنتائج پیدا کرتی ہے وہ ظاہر ہے۔

اب سوال یہ ہے کہ تقویٰ ہماری زندگی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ مگر  
 اس سے دنیوی کاموں کی اچھائی اور برائی کو کیا نسبت۔ تو درت لے دے ماحیا

بتایا ہے۔ مذکر سعادت و نحوست اس سے متعلق ہے۔ اگر ہمارا کوئی کام بن گیا تو اس  
 میں سانس کا کیا کام تھا۔ اور بگڑ گیا تو اس میں سانس کا کیا قصور تھا۔ اسے دنیوی  
 کاموں پر مضبوط کرنا زینت کلاہ کے سوا کچھ نہیں۔ ایک بے بنیاد حقیقت پر عمارت  
 کھڑی کر دی گئی ہے۔ میں اس کے ثبوت میں تین مضبوط اور مستحکم دلیلیں پیش  
 کرتا ہوں جن سے معلوم ہو جائیگا کہ سانس علاوہ ناپید حیات ہونیکے ضرورت کا  
 ایک معمولی خزانہ ہے اور اس میں ایسے ایسے حقیقت کے راز پنہاں ہیں کہ جس کو  
 دیکھ کر مسعدت بچوں پر قربان ہونے کو جی چاہتا ہے۔ پہلی دلیل تو یہ ہے کہ کائنات کا  
 ذرہ ذرہ وابستہ گردش سیارگان ہے۔ عالم غلی کہ عالم علوی سے ایک خاص تعلق  
 ہے۔ یا یوں کہئے کہ ایک زنجیر میں دونوں بندھے ہوئے ہیں۔ سیارگان کی نقل و  
 حرکت گردش و رفتار طبقات زمین پر عکس ہوتی ہے۔ رات اور دن کا تغیر موسموں کی  
 تبدیلی، گرمی اور جاڑا، بارش اور خشکی یہ سب انقلابات سیارگان کی حرکت سے  
 ہی منسوب ہیں۔ پھلون کا رنگ و روپ ذرا غنوں کا گنا اور پکنا سب سیارگان  
 ہی متعلق ہے اور اس پر زیادہ دلیل کی ضرورت نہیں کہ اجرام فلکی مخفی اور علانیہ  
 طریق پر کرہ ارضی کے ذرہ ذرہ کو بذریعہ کشش مادی اپنے عمل اور اثر کا آماجگاہ  
 بنا رہے ہیں۔ پھر کوئی وجہ نہیں کہ ہم ایک ایسی مشین کو جو حقیقتاً دنیا کی بنیاد ہے  
 (مراذز نفس) سیارگان کے اثر سے پاک مان لیں۔ جس طرح کائنات کا ہر جز  
 اثرات سیارگان سے اثر پذیر ہے اسی طرح نفس بھی اجرام فلکی کے تاثرات سے غالی  
 نہیں۔ دوسری دلیل یہ ہے کہ ناک کے سوراخ کو دو پر تقسیم کرنا۔ یہ بھی ذرہ ذرہ کا  
 ایک راز تھا۔ اگر بجائے دو سوراخوں کے ناک میں ایک ہی سوراخ ہوتا تو ہمیں  
 سانس لینے میں کوئی تکلف اور تکلیف نہیں ہوتی۔ اگر آپ ناک کے تھنوں کو  
 بند کر لیں اور منہ سے سانس لیں تو آپ کی حیات میں کوئی فرق نہ لگے گا۔ باوجودیکہ

مبتدا ایک ہی ہے۔ علاوہ ازیں اگر آپ ایک شخص کو بند کر لیں جب بھی آپ کی زندگی  
 کوئی خطرہ نہیں۔ میں نے کئی آدمیوں کو دیکھا ہے کہ ان کے ایک شخص میں گزشت  
 آگیا ہے اور نقصان قطعی بند ہے مگر وہ سانس لینے میں کوئی زحمت نہیں دیکھتے اگر  
 آپ بھی اپنی ناک کا ایک نقصان بند کر لیں سانس کی آمد و رفت بدستور رہے گی  
 چونکہ آپ ابتدائے زندگی سے دونوں شخصوں سے سانس لینے کے عادی ہیں  
 اس لئے ابتداء میں کچھ ناگوار ضرور معلوم ہوگا۔ مگر یہ ناگوار ہی بعض عادت ہے۔  
 سانس کی آمد و رفت میں کوئی فرق نہیں پڑے گا۔ اور جب یہ کلیہ تسلیم کر لیا  
 گیا ہے کہ فعل الحکیم لا یخولہ الحکمۃ یعنی حکیم کا کوئی فعل حکمت سے خالی  
 نہیں تو پھر حکیم مطلق کا کوئی فعل حکمت سے خالی نہیں۔ ناک کے سوراخ کو دو  
 حوٹوں پر تقسیم کرنے میں کوئی حکمت پوشیدہ تھی اور ہے اور ان ہی اسرار کی تشریح  
 علم النفس کا موضوع ہے۔ تیسری دلیل یہ ہے۔ اور یہ سب سے زیادہ مستحکم  
 اور قوی ہے کہ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہوگا کہ سانس دونوں حوٹوں  
 میں دم بہ دم تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ کبھی دائیں کبھی بائیں سوراخ میں اور جب  
 آپ تجربہ کریں گے تو معلوم ہوگا کہ شمس و قمر کی رفتار کے ساتھ ساتھ بیڑا دھرتی  
 برابر آدھرا آدھرتی تبدیل ہوتی رہتی ہے۔ اور ظاہر ہے کہ جب نفس کا  
 معیار صرف زندگی ہی ہوتا تو اس تغیر و تبدل کی ضرورت نہ ہوتی۔ کیونکہ بظاہر  
 اس تغیر و تبدل سے کوئی اثر حیات انسانی پر نہیں پڑتا۔ کوئی قرینہ اور دلیل یہاں کہ  
 پاس نہیں جو اس پر دال ہو کہ تغیر و تبدل انسانی حیات پر منتج ہوتا ہے۔ اس تغیر و  
 تبدل سے ظاہر ہو گیا کہ علاوہ حیات انسانیہ کے کوئی اور لازمی قدرت نے  
 اس میں پوشیدہ کیا ہے۔ اور اس خفیہ بعید کی تلاش اس علم کا موضوع ہے۔ اور  
 ہم تغیر و تبدل کو بھی بے اثر مان لیں تو ایک اور لطیف اور لطیف بعید ہے یعنی یہ



تغیر و تبدل ایک خاص قانون کے ماتحت ہے۔ اور جب اس قانون میں فرق آتا ہے  
کوئی حادثہ اور اہم انقلاب پیدا ہوتا ہے۔ یہ ناممکن اور محال ہے کہ انسانی  
زندگی میں کوئی اہم انقلاب آئیوالات ہو اور نفس کی رفتار میں فرق نہ آئے۔  
فرق آتا ہے اور فتنی آتا ہے۔ گویا نفس قدرت کا الارہ ہے جو قبل از وقت  
آئیوالات واقعات کی خبر دیتا ہے۔ لیکن ہم چونکہ اس قانونی الارہ سے واقف  
نہیں۔ اس لئے کبھی تجربہ نہیں کرتے۔ اور اس قدر سی آگاہی سے نفع حاصل  
نہیں کرتے۔

قصہ کو تاہ یہ عنوانہ اور اولہ میں جن سے ثابت ہو گیا کہ علم النفس ایک  
موجودی اور کارآمد علم ہے اور جو شخص ان قوانین پر عبور حاصل کرے گا وہ بہت  
اہم معاملات زندگی سے سلجھا سکے گا۔ فقراء اور علماء سادھو اور صنعت اس  
سائنس کے قدرتی اسرار پر حتی الوسع آگاہ تھے۔ ہم بعض کتابوں میں بھی پڑھتے  
ہیں اور مشہور بھی ہے کہ بعض بعض فقیر اور حکیم اور سادھو کی زندگی سیکڑوں  
برس کی ہوئی زندگی طویل کرنے کا راہ اس نفس میں پوشیدہ ہے۔ مرگ ناگہانی  
اور قتلے بہرہ گیری بحث سے خارج ہے۔ خدا کا جلیل حکم تمام علوم اور سیارگان پر  
ماوی ہے۔ وہ چاہے حقیقت کو تبدیل کر سکتا ہے۔ زمین کو آسمان اور آسمان کو  
زمین بنا سکتا ہے۔ زمین کو سعد اور شتری کو کس بنا سکتا ہے۔ سیاروں کی گردش  
اس کے حکم پر حاوی نہیں۔ دنیا محیط ہے اور وہ محیط ہے۔ لیکن جو شخص اس  
کتاب کے چند قوانین پر عمل کرے گا وہ بہت سے انقلابات سے محفوظ و مصون  
رہے گا۔ بہت سے حوادث کا قبل از وقت چارہ کر سکے گا بہت سی بیماریاں بے  
علاج کے دفع کر سکے گا۔ اپنی زندگی کو طویل کر سکے گا۔ اور بہت سے مقاصد  
آپنے مل کر سکے گا۔ وذا لا یفوت عن من امر الامور

# باب اول



عربی میں اس کا نام علم النفس اور ہندی میں علم مروتھا کہتے ہیں اس علم میں  
 سانس یعنی نفس سے بحث کی جاتی ہے۔ یہ بات واضح کی جا چکی اور واضح ہے۔ کہ  
 انسانی زندگی کا دار و مدار سانس پر ہے۔ سانس ناک کے دو نالی تھنوں (یعنی  
 ذمہ) اخلائے بینی سے کم و بیش ہر وقت جاری رہتی ہے اس سانس کے بند  
 ہونے کا نام موت ہے اصطلاح علم میں اسے ٹرکتے ہیں۔ علم النفس میں اس کی  
 تین قسمیں مقرر ہیں۔ اول ایک تھن سے زور سے بے کسی رکاوٹ کے سانس  
 آنا۔ دوم ایک تھن میں رک رک کر سانس آنا۔ سوم دونوں تھنوں سے  
 برابر سانس کا آنا جس تھن سے زیادہ سانس آتی ہے اسے چلتا یعنی نفس  
 جاری کہتے ہیں۔ جس تھن سے سانس رک رک کر آتی ہے اسے بند ٹرکتے ہیں یعنی  
 نفس سمدود کہتے ہیں۔ اور جب سانس دونوں تھنوں سے برابر جاری ہو۔ تو  
 اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔ ہندی میں ان ہر متہ اقسام کے نام یہ ہیں جب سیدھا  
 تھن اچل رہا ہو۔ اور بایاں بند ہو تو اسے پنکھا کہتے ہیں اور جب بایاں تھن  
 چل رہا ہو اور سیدھا بند ہو تو اسے اڑا کہتے ہیں۔ اور جب سانس دونوں  
 تھنوں سے برابر چلتی ہے تو اسے سکھیا یا سکھنا کہتے ہیں۔ چونکہ جسم کے دائرہ  
 حصہ کا تعلق شمس سے ہے اس لئے جب سیدھا تھن اچل رہا ہو اور سیدھا بند ہو  
 تو اسے شمس سے تعلق نہیں۔ اور اس کا خاص تعلق سورج سے ہوتا ہے۔ اور جسم کے  
 بائیں حصہ کا تعلق قمر سے ہے۔ لہذا جب الٹا تھن اچل رہا ہو اور سیدھا بند ہو

قرآن سے قمری تہ کیلئے ہیں اور اس کا تعلق قمر سے ہوتا ہے۔ اس درمیانی تہ یعنی نفس  
 قساویہ کا نام ہندی میں ضرور ہے (سکھنا) لیکن کسی اشارے سے متعلق نہیں  
 اور یہ ایک ذوقداشت بلکہ اہم غلطی ہے کہ ایک کثیر الوقوع واقعہ کا تعلق کسی  
 ستارہ سے نہ ہو۔ حالانکہ نجوم کا یہ دعویٰ ہے (اور صحیح ہے) کہ دنیا کا ذرہ ذرہ  
 اور ہر جزو ماتحت اثر سیارگان ہے۔ حکیم بطین نے ہادی دنیا کا نظریہ حرکت سیارگان  
 ہی متعلق کیا ہے۔ پھر جب ایک موبہوم۔ ایک ناخیر ذرہ ایک بے حقیقت قطرہ  
 ایک نازک پھول کی پتی بھی سیارگان کے اثر سے غالی نہیں تو پھر ایک عظیم الشان  
 کام کی کہ لیل الوقوع کیلئے تو سیارگان کی مناسبت مان لیجائے اور اس کے مقابلہ  
 میں تیر الوقوع کو نظر انداز کر دیا جائے۔ جب سانس آٹے تھنے سے سیدھے  
 تھنے کی طرف آتی ہے۔ یا سیدھے تھنے سے آٹے تھنے کی طرف منتقل ہوتی ہے تو  
 دونوں حالتوں کے وسط میں ایک وقت ایسا آتا ہے کہ نفس متساویہ کا دور ہو اور  
 ہوتا ہے۔ لیکن غلطی متقدمین کی نہیں ہے۔ یہ غلطی ان نام نہاد مصنفین اور لوگوں کی  
 ہے کہ ادبیر ادھر کی چار سطحی باتیں لکھ کر کتاب کی صورت میں شائع کر دی۔ وغیرہ  
 قفعہ بھی حاصل کیا اور مصنفین میں نام بھی لکھ دیا۔ اگر وہ علم النفس کا منظر غائر مطالعہ  
 کرتے تو معلوم ہو جاتا کہ نفس کا تعلق مثل دیگر افعال کے سلسلہ سیارگان سے ہے۔  
 علم النفس کی نسبت شمس و قمر پر ہی ختم نہیں ہو جاتی۔ بظاہر ناک کے دو تھنوں کے  
 اعتبار کرتے ہوئے دو ستاروں سے ہی متعلق مان لیا۔ ہاں یہ صحیح ہے کہ عوام اور  
 طالباء کے لئے ضروری مقصد علم النفس کا ان ہی دو ستاروں کی نسبت سے حاصل  
 ہو جاتا ہے۔ مگر کتاب خاص نہیں ہوتی۔ اسے عام و خاص دونوں ہی پڑھتے ہیں لہذا  
 کتاب لکھتے وقت خواص کے جذبات کا خیال نہ رکھنا ایک مصنف اور مولف کی فہم  
 کاری ہے نفس کا تعلق خمسہ مجرہ سے بھی اسی طرح ہے جس طرح شمس و قمر سے نفس کی

رفتار کا تعلق سیدہ یارکان سے ہے اور لطف یہ ہے کہ نفس متساویہ کا نام کتابوں  
 میں ہے۔ امور اس سے متعلق ہیں۔ لیکن کسی شاعر کے تعلق نہیں ہے۔ اور یہ غلطی  
 اور ظلم ہے۔ اور میں دلائل و شواہد سے ثابت کروں گا کہ نفس کی دو قسمیں نہیں  
 بلکہ سات قسمیں ہیں اور جب تک یہ تقسیم نہ کریں گے علم نامکمل رہے گا۔ اور ظاہر ہے  
 کہ جب ایک شے کا وجود پایا جاتا ہے۔ اور نام بھی رکھ لیا جاتا ہے پھر کسی شاعر کو  
 متعلق نہ کرنا قانون علم و عمل کے خلاف ہے۔ دنیا کے کام حسب قوانین مروجہ ہیں  
 قسم پر عالمان علم النفس نے تقسیم کئے ہیں۔ شمس۔ قمری۔ درمیانی۔ پھر درمیانی  
 حالت کو بے شمارے کے مان لینا اس کے یہ معنی ہیں کہ یہ حالت سلسلہ نظم کا ثبات ہے  
 علیحدہ ہے۔ حالانکہ یہ محال ہے۔ اگر بابخرد پر پوشیدہ نہ رہے کہ نفس متساویہ کا  
 تعلق عطار دے ہے۔ اور صحوائے کبرے کا سلسلہ مرتج سے ضم ہے اور غروب کا  
 تعلق مشتری سے و انفس حین یرجع الی الیاس من الیاس من مشوب  
 من المرحل و حین یرجع الی الیاس من الیاس من مشوب من المرحل  
 یعنی جب آفتاب نصف النہار (دن کے بارہ بجے جو صحوائے کبرے کا وقت شرعی  
 ہے) پر ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مرتج سے ہوتا ہے۔ اور جب آفتاب غروب  
 ہو رہا ہو تو اس وقت نفس کا تعلق مشتری سے ہوتا ہے۔ اور جب نفس سیدہ  
 نتھنے سے اٹلے نتھنے کی طرف پلٹ رہا ہو تو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے  
 (نفس متساویہ سے قبل) اور جب نفس بائیں نتھنے سے اٹلے نتھنے کی طرف  
 پلٹ رہا ہو تو اس کا تعلق زحل سے ہوتا ہے (نفس متساویہ سے قبل) اور  
 جب نفس بائیں نتھنے سے سیدہ نتھنے میں منتقل ہو رہا ہو تو اس کا تعلق  
 زہرہ سے ہوتا ہے (من قبل نفس متساویہ) اور میں ہر نسبت کو انشاء اللہ  
 تعالیٰ برہان قاطع اور دلیل ساطع سے روشن اور واضح کروں گا۔ اور جو رموز

اور اسرار علم النفس کے ابتک منظر عام پر نہ آئے تھے اُن کو آج اگر دو ٹوکا۔ اب ہر ایک کی تفصیل اور تاثیر بیان کرنا ہوں۔ اہل تجسیم نے عطار کو منصفہ محنت تسلیم کیا ہے محنت ایک قسم خاص بنی نوع انسان کی ہے جو نہ مردوں میں شامل ہیں نہ عورتوں میں ان کا شمار ہے۔ اسی طرح عطار دیکھی اپنی ذاتی خاصیت اور اثرات کا حامل نہیں۔ بلکہ جس ستارے کے اثر سے موثر ہوتا ہے اسی کی خاصیت اختیار کر لیتا ہے۔ مثلاً زحل کے ساتھ شخص اور مشتری کے ساتھ سعد ہے۔ اور یہ عطار دکی ذات ہے۔ اور ہر ستارے کے زیر اثر جو خاصیت عطار پیدا کر لیتا ہے وہ صفت ہے (چونکہ ذات صفات پر مقدم ہوتی ہے۔ اس لئے پہلی بات تو یہ ہے کہ جب دو ذرات متعلق ہیں برابر سانس باری ہو۔ یعنی نفس متساویہ کی ساعت ہو تو کوئی کام شروع نہ کرو۔ جو کام نفس متساویہ کی ساعت میں شروع کیا جائے وہ اکثر و بیشتر بے نتیجہ اور بھٹ ہی ہوتا ہے۔ کیونکہ عطار اپنی ذات میں نہ نیک ہے نہ بد (یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔ آپ کہیں گے کہ عبادت اور ریاضت بھی آخر ایک کام ہی ہے۔ لہذا جو عبادت نفس متساویہ کی حالت میں کی جائے وہ بھی نیک و بد اثرات سے خالی ہوگی اس کا جواب یہ ہے کہ عبادت اور ریاضت کا تعلق خدا کی ذات سے ہے۔ اور خدا نے ذوالجلال کی ذات سیارگان کے اثر سے بالاتر ہے۔ یہ تمام علوم امور دنیوی سے متعلق ہیں۔ مذہبی امور کا تعلق ان کی ذات سے نہیں۔ اگر آپ اندک غور اور تامل کریں تو نتیجہ یہ ہی برآمد ہوگا کہ نفس متساویہ شریعت نے بھی بے اصل اور غیر موثر تسلیم کیا ہے۔ نفس متساویہ کے یہ معنی ہیں کہ وہ وقت و قسمی سے متعلق ہو نہ قمری سے۔ اسی طرح صحوائے کبرے میں نماز کی شرعاً مخالفت ہے۔ اور صحوائے کبرے دن رات میں نین مرتبہ ہوتا ہے۔ وقت طلوع۔ وقت غروب۔ اور نصف النہار۔ یہ اوقات ثلثہ ایسے ہیں کہ ان پر دن اور رات کا اطلاق نہیں ہوتا اور شرعی یہ وقت عبادت کا نہیں ہے۔ جو خاصیت ان اوقات

ہے وہ ہی عطارد کی ہے۔ اوقات منجوائے کبرے نہ دن ہیں نہ رات۔ عطارد اپنی  
 ذات میں نہ نیک ہے نہ بد۔ نفس متساویہ نہ شمسی ہے نہ قمری بلکہ جو کام آپ کرے  
 ہیں نفس متساویہ کے وقت میں اسے ترک نہ کرو۔ شروع کئے ہوئے کام پر نفس متساویہ  
 چنداں اثر نہیں پڑتا۔ کام کی جو ممانعت میں لے کی ہے وہ ممانعت آغاز کار کی ہے۔  
 یعنی کوئی کام شروع نہ کرو۔ چونکہ آپ نے کوئی کام نفس متساویہ سے قبل شروع کیا  
 ہے۔ لہذا اس کام میں اس متاویہ کا دخل ہے جسکی ساعت میں آپ نے شروع کیا ہے  
 کام کے درمیان میں جو متاویہ تبدیل ہوئے انکا اثر فاسد نہیں پڑتا۔ اگرچہ بالکل  
 اثر سے محروم بھی نہیں۔ آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا اور غور کریں تو دن رات تجربہ کر سکتے  
 ہیں کہ ایک کام آپ کر رہے ہیں اور وہ صحیح طریق پر ہو رہا ہے۔ یکایک اس میں خرابی  
 پیدا ہوگئی یا کوئی غلطی ہوگئی۔ آپ حیران رہ جاتے ہیں کہ دیکھو سیدھا کام ہوتے  
 ہوئے ذرا سی دیر میں خراب ہوگیا اس خرابی کا باعث کبھی آپ کی غلطی ہوتی ہے  
 کبھی کسی دوسرے کی۔ بہر حال اچھا فاسد کام چلتے چلتے بگڑ جاتا ہے اس کا نام نفس  
 متساویہ ہے۔ تھوڑی دیر کے بعد پھر وہ کام درست ہوگیا۔ اسی کا نام نفس  
 شمسی یا قمری ہے۔ دنیا میں تین قسم کے کام ہیں۔ پہلی قسم یہ ہے کہ کوئی کام ہم نے  
 شروع کیا اور اول سے آخر تک حسب دلخواہ وہ خیر و خوبی پر ختم ہوگیا۔ یہ ممانعت  
 ہے شمسی یا قمری کی۔ دوسری قسم وہ ہے کہ آپ نے کوئی کام شروع کیا اور اول سے  
 آخر تک وہ بگڑتا ہی رہا۔ اور کسی وقت درستی پر ہی نہ آیا اس کا نام نفس  
 متساویہ ہے۔ تیسری قسم یہ ہے کہ کوئی کام اچھی طرح ہو رہا تھا۔ یکایک درمیان  
 میں بگڑ گیا۔ تھوڑی دیر بگڑا رہا اور پھر درست ہوگیا۔ یہ اثر نفس متساویہ کا  
 ہے۔ جب درمیان کار میں نفس متساویہ کا وقت آجائے گا تو کام بگڑ جائیگا۔ اب  
 ایک اعتراض یہ وارد ہوتا ہے کہ میں نے نفس متساویہ کی ساعت میں آغاز کار کی

مطلق ممانعت کر دی۔ مالا نکر عطار و سعد بھی ہوتا ہے اور نحس بھی۔ گو بدنامہ عطار و  
 نیک یا بد نہیں مگر صفاً تو نیک ہوتا ہے یا بد۔ بدی کی حالت میں تو آغاز کار کی  
 ممانعت صحیح ہے۔ لیکن حالت سعد میں ممانعت کیوں؟ (کیونکہ میں نے آغاز  
 کار کو مطلق منع کر دیا ہے) مگر میں نے مطلقاً ممانعت اسوجہ سے کی کہ عوام  
 نہیں سمجھ سکتے کہ اس وقت عطار کس حالت میں ہے۔ اس لئے بہتر یہی تھا  
 کہ مطلق ممانعت کر دی جائے۔ لیکن جو اصحاب صاحب فہم و ذکا ہیں ان کے ہلے  
 تقسیم کا رہی ہے اور اس کی تقسیم یہ ہے کہ جب سانس اٹھتے تھے سے سیدھے  
 نتھنے میں منتقل ہو رہی ہو تو وہ کام کریں جس سے نفع حاصل کرنا مقصود ہو  
 اور جب سانس سیدھے نتھنے سے اٹھتے تھے میں آرہی ہو تو بعض۔ ہلاکی اعدا  
 دفع آسیدب۔ دفع ضرر کا عمل کرو۔

## سانس کی تقسیم

جس نتھنے سے سانس زیادہ آرہی ہو اسے نفس جاری یا چلتا مٹھتے ہیں۔ اور جس  
 نتھنے سے سانس کم آرہی ہو اس سے نفس مسدود یا بند مٹھتے ہیں۔ اب اس حالت پر  
 غور کرو کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں منتقل ہوتی ہے تو انتقال نفس کی  
 یہ صورت ہے کہ چلتے مٹھ کی ہوا۔ اندک اندک مٹھ کی طرف منتقل ہونا شروع ہوتی  
 ہے۔ چند منٹ میں چلتا مٹھ بند ہو جاتا ہے (کم ہو جاتا ہے) اور بند مٹھ چلتے لگتا ہے۔  
 عقل سلیم اسے تسلیم کرتی ہے کہ جب سانس ایک نتھنے سے دوسرے نتھنے میں بند رنج  
 جانا شروع ہوگی تو ایک وقت ایسا آئیگا کہ جب دونوں نتھنوں کی سانس برابر ہوگی  
 اور اسی حالت کا نام نفس مساویہ ہے۔ یعنی دونوں نتھنوں سے سانس مساوی حصہ  
 درمیان میں جاری ہو۔ بند مٹھ کے یہ معنی نہیں کہ نتھنا کلینہ بند ہو جائے بلکہ جس نتھنے سے

ہوا زیادہ قابح ہو رہی ہو اسے چلتا سرکتے ہیں اور جس نقشے سے کم ہوا آ رہی ہو اسے  
بند سرکتے ہیں۔

ایک ضروری گزارش ہے کہ ایک عرب کا قول ہے۔ من صنف فقیہ  
مستحدث یعنی جس نے کوئی کتاب تصنیف کی وہ تیر ملاست کا نشانہ بن گیا۔ یہ  
نہ گفتہ ندارد کہے بازو کا، لیکن جو گفتی و بلیش بیار

ارباب خود و دانش پر یہ بھی پوشیدہ نہیں کہ دنیا کبھی بھی ایک مرکز اور ایک  
خیال پر جمع نہیں ہوئی۔ ہر کس پر خیال خویش غلطی دارد۔ ہر دماغ میں ایک نیا عالم  
آباد ہوتا ہے۔ اگر ایک کتاب پر ایک علم موقوف ہوتا تو دنیا میں ہر فن پر ایک ہی  
کتاب ہوتی مگر مشاہدات عالم شاہد ہیں کہ ایک علم پر ان گنت کتابیں ہوتی ہیں  
جو حکی تحقیق ہے۔ جو جس کا خیال اور مذہب ہے وہ اسی کے مطابق کہتا ہے۔ "از کوزہ  
ہماں بزوں ترا دو کرد و راست" اختلاف انسان کی فطرت ہے۔ میں جو کچھ اپنی  
کتاب میں لکھ رہا ہوں یہ میری تحقیق اور سالہا سال کی کدو کاوش کا نتیجہ ہے  
کئی اصحاب ایسے ہوں گے کہ منکوح میرے لکھ سے اختلاف ہوگا۔ مگر میں اپنی فطرت  
مجبور ہوں جس طرح آپ اپنی فطرت سے مجبور ہیں۔ اگر آپ کی تحقیق اس کے خلاف  
ہو جو میں نے لکھا ہے تو آپ اپنی تحقیق پر عمل کریں۔ جو بات اس کتاب میں آپ کو  
اچھی اور صحیح معلوم ہو اس کو لے لیں جو خلاف طبع ہو اس کو چھوڑ دیں۔

«خدا صاف و دوع مالکد»

علم النفس ایک وسیع اور سینما علم ہے۔ اور جس شخص کو امیر عبور حاصل ہو جائے  
ہے وہ بہت سے قدرت کے درستیہ رازوں کو جان لیتا ہے۔ کاموں کے نتیجے اور  
آئندہ ہونے والے واقعات اس کو نظر آ جاتے ہیں۔ اور یہ علم ایک بد بینی علم ہے۔  
دوسرے علوم کی طرح وہم و گمان کا نقشہ نہیں ہے۔ بلکہ اس کے قانون اور نتائج



ہم آنکھوں سے دیکھ سکتے ہیں۔ خلیوں میں یہ سابقہ صفات میں بنا چکا ہوں کہ آتش  
 نفعاً قمر سے متعلق ہے اور سیدھا نفعاً سورج سے مشبوہ ہے۔ اگر آپ اس کا  
 امتحان کریں تو معلوم ہوگا کہ جب ہوا سیدھے نفع سے اٹلے نفع میں جا رہی ہو۔  
 یعنی سورج سے قمر میں تبدیل ہو رہی ہو۔ تو ایساں کا جسم ٹھنڈا اور سرد ہو جاتا ہے  
 چونکہ چاند سرد ہے۔ اس لئے اس کے اثر سے جسم میں بھی ٹھنڈک پیدا ہو جاتی ہے اور  
 جب سانس اٹلے نفع سے سیدھے نفع میں آ رہی ہو۔ یعنی قمر سے شمس میں منتقل  
 ہو رہی ہو تو جسم میں گرمی پیدا ہو جاتی ہے چونکہ شمس گرم ہے اور حرارت اس کی  
 طبیعت اور فطرت ہے اور آپ جب بھی امتحان کریں گے اس قانون کو صحیح  
 پائیں گے۔ بخار کی شدت جب زیادہ ہوگی تو اس وقت شمس سر چلتا ہوگا۔ قمری  
 سر کی حالت میں کبھی بخار کی شدت نہ ہوگی (ملاحظہ فرمائیے)۔ دیوانہ پن۔ ہڈیاں۔  
 جنون۔ یہ تمام حالتیں جب ہی زور پر ہوگی جب قمری سر چلتا ہوگا۔ کیونکہ دیوانگی کو  
 چاندنی سے خاص نسبت ہے۔ جس شخص کو مرگی کا مرض ہو۔ اس کو جب دورہ  
 پڑے گا اسی حالت میں پڑے گا اور جب ہی دیوانگی ہوگی جب قمری سر چل رہا  
 ہو۔ کیونکہ صرع دیوانگی کی ایک قسم ہے اور چاندنی میں جنون زیادہ ہوتا ہے

## اوقات نفس

علم النفس کی بنیاد چاند کی تاریخوں پر ہے۔ اور زمانہ دو قسموں پر منقسم ہے  
 ایک عروج ماہ۔ ایک زوال ماہ۔ عروج ماہ یعنی چاندنی راتیں جن کو ہندی میں  
 شکیل پکشتہ کہتے ہیں۔ ان تاریخوں میں چاند کی روشنی زیادہ ہوتی جاتی ہے۔  
 دوسرا زوال ماہ۔ ان تاریخوں میں چاند روزانہ گھٹتا ہے۔ ہندی میں ان تاریخوں کو

کرشن پکش کہتے ہیں۔ یکم سے چودہ تک عروج ماہ ہے (چودہ سے مراد چودھویں  
 تاریخ نہیں بلکہ چودھویں شب مراد ہے یعنی تیرہ تاریخ کا دن گذر کر چوراس تک  
 جسکی صبح کو چودہ ہوگی اور چودہ سے اٹھائیس تک زوال ماہ ہے۔ سانس ہر  
 دو گھنٹہ میں ایک تھکنے سے دوسرے تھکنے میں تبدیل ہوتی ہے اور یہ قدرت کا  
 معین کردہ وقت ہے۔ جب تک سانس اپنی مقدار پر تبدیل ہو رہی ہے کوئی  
 حادثہ یا واقعہ پیش نہیں آتا۔ آپ بے فکری سے زندگی بسر کرتے رہے۔ لیکن جب  
 کوئی حادثہ یا واقعہ ہو نیوالا ہے تو قدرت کی طرف سے پہلے آگاہی دیدی جاتی  
 ہے اور اعلان کر دیا جاتا ہے۔ اور قدرت کا اعلان یہ ہے کہ سانس بجائے  
 دو گھنٹہ کے ۱۲ گھنٹہ میں یا ایک گھنٹہ میں تبدیل ہونا شروع ہو جاتی ہے۔  
 بس جب آپ دیکھیں کہ ہماری سانس دو گھنٹہ سے قبل تبدیل ہو گئی تو سمجھ لیں  
 کہ کوئی حادثہ یا واقعہ ہونے والا ہے۔ یہ قانون بھی معلوم کر لیں سانس بھی  
 دو گھنٹہ سے زیادہ ایک سر میں نہیں چلتی ہاں اس تعداد میں کمی ہو جاتی ہے  
 واقعات اور حوادثات کے وقت سانس جلد جلد تبدیل کرتی ہے مگر کبھی دیر میں  
 تبدیل نہیں ہوتی۔ اگر آپ کو یہ معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے  
 تو ایک تھکنے کو اٹھکی سے بند کر لو۔ اور دوسرے تھکنے سے سانس خارج کرو۔ اگر بند  
 سر ہے تو سانس رک رک کر کم مقدار میں آئے گی۔ اگر سانس زور زور سے صاف  
 نکل رہی ہے تو اسے چلتا سر کہتے ہیں۔ اگر دونوں تھکنوں سے برابر سانس (ہوا)  
 نکل رہی ہے تو اسے نفس متساویہ کہتے ہیں۔ سانس کی رفتار کا منضبط قانون قدرت  
 یہ ہے کہ قمری ماہ کی پہلی تاریخ کو آفتاب نکلنے وقت بایاں سر چلتا ہوگا۔ اور یہ  
 تین دن تک برابر طلوع آفتاب کے وقت رہے گا۔ اس میں کمی خلاف نہیں  
 ہوتا۔ اس دلیل سے رویت کا اختلاف بھی صحیح ہو جاتا ہے آپ کو معلوم ہے کہ

رویت ماہ میں اکثر اختلاف رہتا ہے۔ خصوصاً رمضان المبارک اور عید کے چاند میں اکثر اختلاف ہو جاتا ہے۔ اکثر شہروں میں روزہ شروع ہو جاتا ہے اور اکثر شہروں میں نہیں۔ اسی طرح اکثر وعیدیں ہوتی ہیں۔ غور فکر و بہت مطالعہ متنبہ ہو جاتی ہے۔ لیکن علم النفس ایک ایسا مکمل قانون ہے کہ اس میں کبھی نظر فریب نہیں کھاتی یعنی جب چاند کی حالت متنبہ ہو اور اس میں اختلاف پایا جائے کہ رات چاند دکھائی دیا۔ یا نہیں۔ تو آپ صبح کو سو راج نکلے وقت غور سے دیکھیں کہ کونسا شر جاری ہے۔ اگر بایاں شر جاری ہے تو یقیناً چاند ہو گیا۔ اگر دامنہ جاری ہے۔ تو یقیناً چاند نہ ہوا۔ ہاں شرعی حیثیت سے یہ دلیل نہیں کی جا سکتی قدرت کا اٹل قانون ہے کہ چاند کی پہلی دوسری۔ تیسری تا پانچ کو طلوع آفتاب کے وقت بایاں یعنی قمری شر چلتا ہو گا۔ تین دن کے بعد یعنی ۴-۵-۶ تاریخ کو شمسی شر (دامنہ) طلوع آفتاب کے وقت چلتا ہو گا۔ اس حساب سے ہر تین دن کے بعد شر شمسی اور قمری میں تبدیل ہوتا رہتا ہے اور یہ دور دائماً ابداً ہے۔ اس حساب سے قمری اور شمسی تاریخیں حسب ذیل ہوں گی۔

قمری - ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-

۲۶-۲۷-۲۸-۲۹-۳۰-

شمسی - ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵-۱۶-۱۷-۱۸-۱۹-۲۰-۲۱-۲۲-۲۳-۲۴-۲۵-

۲۸-۲۹-۳۰- آپ چاند کی تاریخوں کا شمار رکھیں۔ اور روزانہ طلوع آفتاب کے وقت دیکھ لیا کیجئے کہ مروجہ قمری چل رہا ہے یا مخالف یعنی تاریخ معینہ بطور بالا کے مروجہ ہے۔ اگر مروجہ چل رہا ہے تو سمجھ لیں کہ آج کا دن بے غل و غش اور بے فکر و تشویش کے گزرے گا۔ کوئی حادثہ اور واقعہ ایسا نہ ہو گا جس سے صحوال اور تسکین پیدا ہو۔ اگر سرکلاف چلنا پایا جائے یعنی بجائے سیدھے کے آٹا۔ اور

بجائے مصلحت کے سیدھا تو یہ قدرتی اعلان ہے کہ آج کوئی انقلاب زندگی میں پیدا  
 ہونے والا ہے اور یہ یقیناً انقلاب ہوگا قدرتی اعلان بھی خسوخ اور تبدیل  
 نہیں ہوتا۔ نفس کا تغیر ہماری ذات کا تغیر ہے۔ لیکن یہ بات ذہن نشین کریں  
 کہ انقلاب دو قسم کا ہوتا ہے۔ بڑائی سے اچھائی کی طرف اور اچھائی سے بڑائی کی  
 طرف۔ ایک شخص غریب اور محتاج تھا۔ یکایک وہ دو ہمتدار امیر بن گیا۔  
 اس کا نام بھی انقلاب ہے۔ ایک شخص صاحب ثروت و دولت تھا۔ ناگہاں وہ  
 تکبت اور فداکت زدہ ہو گیا۔ اس کا نام بھی انقلاب ہے۔ نفس کے تغیر و تبدل  
 یہ تو معلوم ہو گیا کہ ہماری حالت متغلب ہوئی والی ہے۔ لیکن دو امور تشنیر  
 تکمیل رہے اور دونوں مسئلے نہایت عجیب اور ضروری ہیں اول یہ کہ  
 نوعیت کیا ہوگی۔ کیا ترقی سے منزل کی طرف یا تنزل سے ترقی کی طرف۔ دوم  
 یہ کہ آخر یہ انقلاب آج ہی پیدا ہوگا یا کب؟ یہ دو سوال ضروری ہیں۔ میں  
 اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔ اس کے لئے آپ مندرجہ بالا نو ایچ پر نظر  
 ڈالیں اور دیکھیں کہ آیا قمری سے شمس میں تبدیل ہوا ہے یا شمس سے قمری میں  
 یعنی سیدھا تختہ چلنا پڑتا ہے یا بجائے اس کے الٹا تختہ چل رہا ہے یا الٹا تختہ  
 چلنا پڑتا ہے یا بجائے اس کے سیدھا تختہ چلا۔ اس کا قاعدہ اور کلیہ یہ ہے کہ  
 اگر بجائے الٹے تختہ کے سیدھا تختہ چلا ہے تو یہ انقلاب تنزل سے ترقی کی طرف  
 ہے اگر سیدھے تختہ کے بجائے الٹا تختہ چلا ہے تو یہ انقلاب ہے ترقی سے تنزل کی  
 طرف۔ بصورت اولے پنجہ دفرہ نقصان اور جھگڑا۔ بیماری اور مقدمہ وغیرہ  
 پیش آئیے۔ بصورت دیگر نفع اور تندرستی فتح اور کامرانی۔ ملازمت  
 اور ترقی کے آثار ہیں۔ جس طرح نقصانات کی فرصت طویل ہو سکتی ہے۔ اسی طرح  
 مفادات کی تفصیر اور تفصیل بھی لمبی چوڑی ہو سکتی ہے۔ اس سبب ملازمت کے

چند در چند عنوانات میں سے کون سا باب شروع ہوگا۔ اس کی شناخت مجھ معلم  
 نہ ہو سکی یعنی اگر نقصان ہے تو کس قسم کا اور نفع ہے تو کس قسم کا اس سبب کی تفصیل میں  
 نہیں کر سکتا۔ اب رہ گیا وہ اصل مطلب مسئلہ کہ آیا اس انقلاب آنے کی مدت  
 کیا ہے۔ کیا اسی دن آئیگا جس دن سرنبریل ہوا ہے یا کب وہ اس کے متعلق یہ  
 قاعدہ ہے کہ جب قدر کم مدت نفس برعکس چلتا رہے گا اتنی ہی زیادہ درازی پر  
 انقلاب رونما ہوگا۔ مثلاً سو بج چکے ہوئے دیکھا کہ شرمخالف چل رہا ہے۔ لیکن  
 چند منٹ کے بعد پھر درست اور صحیح ہو کر قانون معینہ پر چلنے لگا تو یہ ثبوت  
 ہے کہ ابھی انقلاب میں تاخیر ہے اور وزن و مقدار میں بھی سبک ہے۔ اگر  
 دیر تک چلتا رہا تو انقلاب قریب ہے اور وزن و مقدار میں بھی گراں ہے  
 یہ فیصلہ نفس کی مدت قیام پر ہوگا۔ کیونکہ ہر انقلاب اور ہر واقعہ میں سبکی  
 اور گراں ہوتی ہے۔ مرض اس کا بھی نام ہے کہ معمولی بخار آگیا۔ زکام ہو گیا  
 اور مرض اس کا بھی نام ہے کہ تپ دن بیا نہ من اور ہلک مرض پیدا ہو گیا۔  
 جھکڑا اور خفا دیہ بھی ہے کہ کسی سے معمولی خارش ہو گئی۔ اور جھکڑا افاد اس کا  
 بھی نام ہے کہ کشت و خون پر نوبت آگئی۔ ان سب کا وزن اور مقدار معین  
 کرنا نفس کی مدت پر منحصر ہے۔ یہاں یہ قانون بھی معلوم کرو کہ نفس کی تبدیلی  
 سہ روز چکے وقت پر بھی ختم نہیں۔ بلکہ دیگر اوقات شہاروزی میں بھی نفس  
 متغیر ہو جاتا ہے۔ یہ تغیر بھی حادثات اور واقعات کا اعلان ہے مگر ہم دنیا کے  
 پتہ دوں میں ازمنہ نیا گرفتار اور متبید میں ہمیں نہ اس قدر فرصت نہ ضرورت  
 کہ دن بھر بیٹھے ہوئے سانس کا مطالعہ کرتے رہیں۔ لیکن دنیا میں ایسے لوگ ہیں اور  
 ہو سکتے ہیں کہ وہ ہر وقت اپنی سانس کا امتحان کر سکتے ہیں کہ آیا نفس صحیح چل  
 رہا ہے یا غلط۔ اگر آپ زیادہ سے زیادہ قیاس دن تک علم النفس کو رٹ لیں

تو پھر کسی کتاب اور امتحان کی ضرورت نہیں۔ آپ اندک اشارہ میں معلوم کر سکیں گے کہ گو یا نفس صحیح چل رہا ہے یا غلط۔ اور طریق اس کی مشق کا یہ ہے کہ پہلے وہ تاریخیں ازبر کر لیں جن پر شمسی اور قمری تقسیم میں اور یہ غلط کر لینا بالکل آسان ہے۔ بعد ازاں طلوع کا وقت روزانہ تحقیق کر لیا کریں اور پھر دو گھنٹہ کے بعد دیکھ لیا کریں کہ آیا رفقار صحیح ہے یا غلط۔ پس اگر صحیح ہے تو حالات بھی صحیح ہیں۔ اگر رفقار غلط ہے تو حالات بھی غلط ہیں۔ مگر یہ طویل اہل ہے۔ کہ انکم آپ اس قدر کر سکتے ہیں کہ جب کسی ساتھ اور واقعہ کے پیش آنے کے آثار ہوں اس وقت حساب کر کے دیکھ لیں کہ رفقار نفس صحیح ہے یا غلط۔ اور اسی پر اس واقعہ کو منطبق کر لیں۔ یہ خود کر لیجئے کہ یہ باتیں ظن اور وہم و گمان نہیں۔ بلکہ حقیقت اور فطرت ہیں۔ علم النفس کا ہر جز حقیقت اور واقعیت پر مشتمل اور مخدئی ہے۔

اب ایک اور قانون یاد کرنے کے قابل ہے کہ جب سائنس قانون معینہ کے برعکس چل رہی ہو تو کیا کوئی قاعدہ ہے کہ جس سے ہم سائنس قاعدے اور نظام کے ماتحت کر سکیں۔ ہاں۔ ایسا قاعدہ یا نکل آسان ہے۔ ہر شخص جب چاہے اپنے سر کو دوسری طرف چلا سکتا ہے۔ وہ قاعدہ یہ ہے کہ جس سمت کا سر چلانا منظور ہے اس کے مخالف سمت پر لیٹ جاؤ۔ یعنی جو سر چل رہا ہو اس پہلو پر لیٹ جاؤ۔ اس صورت میں جس سمت کا چلانا منظور ہو اس کی مخالف سمت ہوگئی۔ مثلاً اگر داہنا سر چل رہا ہے اور تو چاہتے ہو کہ داہنا سر بند ہو کر اب بائیں سر چلنے لگے تو تم داہنے پہلو پر لیٹ جاؤ اور داہنے کان کو انگلی سے بند کر لو۔ اور داہنی نعل کر سکیڑو۔ اور داہنے تختے کو بھی روٹی سے بند کر لو اور بند تختے سے خوب زور زور سے ہوا فابج کرو۔ تین چار منٹ تک یہ مشق کرنے سے

کھل پھرا منتھنا بند ہو جائیگا اور بند تھا جاڑی ہو جائیگا۔ اب یہاں یہ سوال  
 پیدا ہوتا ہے کہ اگر صبح اٹھ کر ہم کو معلوم ہو کہ آج شرعاً چل رہا ہے اور یہ ملک  
 مادے کی ہے۔ اب ہم نے تبدیل نفس کے قاعدے پر اپنی سائنس کو تبدیل کر لیا  
 یعنی موافق قانون بنالیا تو کیا اس سے آئینہ الا واقعہ اور ہو نیوالا حادثہ بھی  
 تبدیل ہو گیا۔ یا اس تبدیلی کا اسپر اثر نہ پڑے گا۔ اس کا جواب یہ ہے کہ اگر  
 اختیار کی تبدیلی سے ایک گونہ تعلق ہے۔ آئینہ الا حادثہ جس کا اعلان خلاف  
 شرک چکا تھا پیش آئیگا۔ لیکن اس کی اہمیت کم ہو جائے گی اور یہ اختیار  
 تبدیلی ایک حد تک اس کی قوت سلب کر لے گی۔ اس لئے کہ اگر خلاف شرعی  
 رہتا تو وہ واقعہ بھی برابر جاری رہتا۔ مثلاً ایک گھڑی میں، بجکر چالیس منٹ  
 آئے ہیں اور اس جگہ آپ نے اس کی رفتار کو بند کر دیا تو اب آٹھ نہ بجیں گے  
 لیکن بچے جو بچ چکے تھے اسکے واپس کرنا بھی آپ کے اختیار میں نہیں۔ اگر آپ بند  
 نہ کرتے تو آٹھ اور نو بجنا ہی اس اس وقت تک بچتے رہتے جب تک کہ اس کی  
 کمائی میں قوت باقی رہتی اور ان قوانین کے معلوم نہ ہونے کی یہی وجہ ہے کہ ایک  
 انقلاب آتا ہے اور بعض وقت اس قدر طویل ہو جاتا ہے کہ انسان پریشان ہو جاتا  
 ہے اگر اس واقعہ کا سد باب کر دیا جاتا ہے تو وہ انقلاب بھی ختم ہو جاتا ہے۔ بس  
 جس طرح ہماری حیات کا دار و مدار نفس پر ہے اسی طرح ہماری دنیا کے سائے  
 کام علم النفس پر مشتمل ہیں کوئی چھوٹے سے چھوٹا اور بڑے سے بڑا کام ایسا نہیں ہے  
 جس پر قوانین نفس کا اثر نہ ہو۔ اور یہ قوانین ان کو معلوم ہیں لیکن مداح ملت  
 اور مخبر بہ نہ ہونے کے سبب اسپر نہ جانتیں۔ خدا نے ذوالجلال نے قرآن مجسم میں  
 فرمایا۔ **بَلِّغُوا رِسَالَاتِیَ عَلٰی قَوْمِیْہِمْ لَعَلَّہُمْ یَرْجَعُوْنَ** (انسان کو قوانین نفس پر بھی  
 اب میں ان قوانین کو آپ کے سامنے پیش کرتا ہوں تاکہ آپ کو کل قوانین پر عبور

ہو جائے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ آجکل کا جدید الفرقت اور کم ہمت انسان کسی علم میں درک کامل حاصل نہیں کر سکتا اور تمام قوانین پر عمل درآمد بہت ہی مشکل ہے تاہم اس کتاب کے مطالعہ سے آپ بہت سے قوانین معلوم کر سکیں گے اور یہ بعید نہیں کہ آپ چند سہل اور آسان قوانین پر عمل بھی کریں۔

**قاعدہ :-** ایک قاعدہ سانس تبدیل کرنے کا آپکے معلوم ہو گیا۔ دوسرا قاعدہ یہ ہے کہ جب سانس تبدیل کرنا ہو تو پائخانہ میں جائے۔ اور جس تھکنے کو آپ بند کرنا چاہتے ہیں اس طرف کے پاؤں پر زور دے کر بیٹھیں۔ اور جس طرف تبدیل کرنا چاہتے ہیں اس طرف کا پاؤں کھڑا کر لیں یعنی صرف انگلیاں قہقچہ پر ہنسی رہیں۔ باقی حصہ زمین سے اٹھا کر اجابت کریں۔ فوراً وہ نقصان بند ہو جائیگا۔ جیسر زور دیا ہے اور وہ نقصان کھل جائیگا جس کی طرف کا پاؤں

کھڑا رہے۔ لیکن تجربہ سے ثابت ہوا ہے کہ بعض اوقات سانس تبدیل ہو کر پھر اسی طرف عود کر جاتی ہے جہاں سے آسے پلٹا یا گیا تھا۔ اس لئے احتیاط کریں کہ سانس پلٹ نہ جائے۔ اور اس کے واسطے پانچ سے دس منٹ تک کا وقفہ

کافی ہے۔ یعنی اس مدت میں سانس دیر پا اور قائم ہو جاتی ہے۔ اور یہ بھی معلوم کر لیجئے کہ سانس تبدیل ہونے کا قدرتی وقت دو گھنٹہ تسلیم کیا گیا ہے۔ مگر یہ مدت کلیہ نہیں ہے۔ بلکہ کثرت پر حکم لگایا گیا ہے۔ ورنہ بعض اوقات ایک گھنٹہ یا اس سے کم بیش تک خود بخود تبدیل ہو جاتی ہے۔ اور اس کی وجہ یہ ہوتی ہے کہ اقسام تنفس پر دنیا کے تمام کاروبار تقسیم ہیں جبکہ نقشہ اور مفصل مال میں نے اسی کتاب میں دوسری جگہ بیان کر دیا ہے۔ اب مثلاً سیدھا سسر مل رہا ہے۔ لیکن قدرت کو ایسا کام کرانا ہے جس کا تعلق آلہ سر سے ہے تو ایسی حالت میں سانس پہلے تبدیل ہو جاتی ہے۔ پھر ان کے دل میں اس کام کرنے کا



خیال اور پھر عزم پیدا ہوتا ہے۔ اب میں نفوسِ سبعہ کی تشریح اور تفصیل کرتا ہوں  
 (اندک تفصیل اس کی اور اوراقِ سابقہ میں کر چکا ہوں) سرودھاجاننے والوں ہندو  
 عالموں نے سائنس کی تین قسمیں بیان کی ہیں جن میں سے دو کا تعلق سیارگان  
 ہے اور ایک کا تعلق کسی ستارے سے نہیں۔ اور میں نفس کی سات قسمیں تحقیق  
 کر کے انکا نام اور نشان مختصر بنا چکا ہوں اور اب انکی تفصیل کرتا ہوں تاکہ اس  
 کتاب کے مطالعہ کرنے والوں کو اس کتاب کی حقیقت معلوم ہو جائے :

## قسم اول

جب سائنس کا لیاؤ تیزی سے سیدھے نتیجے میں ہو اس کو شمسی مٹر کہتے ہیں  
 اور ہندی میں اس کا نام بیگلاب ہے۔ چونکہ جسم کا دامنہ حصہ شمس سے منسوب ہے  
 اسی نسبت سے سیدھے نتیجے کے مٹر کو شمسی کہتے ہیں۔ اس کا ستارہ شمس ہے  
 اور رنگ سرخ ہے۔ اور اصطلاح تصوف میں اسے نفسِ الملہم کہتے ہیں  
 اور تاؤن علم النفس میں جب شمسی نفس جل رہا ہو تو اسوقت یہ کام کئے جائیں تو مفید  
 ہوتے ہیں۔ حجامت بنوانا۔ عملِ عداوت کرنا۔ باہمی تفرقہ ڈلوانے کی کوشش  
 کرنا۔ سفلی عمل پر مہنا۔ مکان کا توڑنا کسی جگہ کو دیران کرنا۔ درخت کی  
 شاخوں کو توڑنا۔ کسی کو قریب اور دھوکا دینا۔ کسی کا پیچھا کرنا۔ فصد کھلوانا  
 کسی کی ذلت کی کوشش کرنا۔ کسی کی چٹلی کھانا۔ کسی کو مرتبہ سے گرانا۔ جھاکھیلنا  
 شکار کھیلنا۔ شراب پینا کشتی لڑنا۔ مباحثت کرنا۔ مشہل (دبلا ب) پینا۔  
 کسی کے کام کو روکنے کی کوشش کرنا۔ کسی کو کسی بڑے کام کی رغبت دینا۔  
 بی بی کو طلاق دینا۔ کسی کو نقصان پہونچانے کے لئے مقدمہ کرنا۔ اور اس قسم کے  
 کام دایاں مٹر چلنے میں یعنی شمسی نفس میں کرنا اکثر مفید ہوتے ہیں اور کامیابی

ہوتی ہے۔ اگر اتوار یا سینچر یا منگل کا دن ہو تو اور بھی ان اثرات میں تیزی ہوتی ہے اور اگر زوال ماہ یعنی اندھیری راتوں میں یہ کام کئے جائیں تو بظہر نفس شمسی کی طاقت میں بے حد اضافہ ہو جاتا ہے۔ اور اکثر بیشتر کامیابی ہوتی ہے۔ شاید بعض اصحاب اعتراض کریں کہ ایسے کاموں کی تلقین اور تحریریں وی اچھی ہے جو شرعا اور مذہباً بھی حرام ہیں اور اخلاقاً و تمدنیاً بھی مذموم ہیں۔ میں عرض کروں گا کہ میں تحریریں اور ترغیب کے طریق پر نہیں لکھ رہا ہوں۔ بلکہ مجھے نیک و بد اثرات کا بیان کرنا ہے اور نفوس کے ماتحت جو امور کامیاب ہو سکتے ہیں ان کو بتانا ہے کوئی صاحب حرام امور پر عمل نہ کریں صرف علمی تحقیق ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر انسان پر بے کامیوں سے بچائے آمین +

## قسم دوم

جب سانس کا پھیلاؤ تیزی سے اٹھتے تھکنے میں ہو تو اصطلاح عالم النفس میں اسے قمری ٹر کہتے ہیں اور اصطلاح تصوف میں اسے نفس الملوامہ کہتے ہیں اس کا رنگ زرد اور ستارہ قمر ہے۔ ہندی میں اسے ایڑا کہتے ہیں۔ چونکہ قمر کا تعلق ان فی جسم کے بائیں حصہ سے ہے اسی نسبت سے اس سر کو قمری ٹر کہتے ہیں قمری ٹر میں ایسے کام کرنا مفید ہیں جو دیر پا اور مستقل ہوتے ہیں اور ساتھ ہی قمری اصطلاحاً اور قانوناً مستحسن ہوں مثلاً گنواں کھدوانا۔ باغ لگانا۔ دوکان کا افتتاح کرنا۔ تجارت کا آغاز کرنا۔ مکان کی بنیاد رکھنا۔ مکان تبدیل کرنا۔ بچہ کو مدرسہ میں بھجوانا۔ اگر کوئی ہنر سیکھنا ہو تو اس کی تعلیم کا آغاز کرنا۔ ملازمت کرنا۔ بچوں کا نام رکھنا۔ روپیہ بنک میں جمع کرنا یا زمین میں دفن کرنا یا حفاظت کے لئے صندوق میں رکھنا۔ جائیداد خریدنا۔ جانور خریدنا کھیت

میں بیچ ڈالنا۔ اور اسی قسم کے کام قمری سر میں کرنا بہت مفید ہوتے ہیں۔ اگر پیر  
بدھ۔ جمعرات۔ جمعہ کا دن ہو تو اور بھی آخر میں زیادتی ہوتی ہے اگر عرصہ  
ماہ یعنی چاندنی راتوں میں اس قسم کے کاموں میں سے کوئی کام کیا جائے تو پھر  
نفس قمری کی طاقت میں دس گنا طاقت پیدا ہو جاتی ہے۔

## قسم سوم

جب سائنس دانوں نے اصول سے برابر جاری ہو تو اصطلاح علم النفس میں  
ایسے نفس متساویہ کہتے ہیں اور ہندی زبان میں سکھنا اس کا نام ہے اور اصطلاح  
نفسوت میں اسے نفس الکامل کہتے ہیں۔ اس کا رنگ غیر معین ہے اور ستارہ عطارد ہے  
اس کا تعلق شمسی۔ قمری اور تمام سیارگان سے ہے۔ اہل علم پر پوشیدہ نہیں کہ مساویہ  
ہر چیز میں ہوتی ہے۔ مثلاً شمسی ستر ہے۔ تو قمری ستر کا وہاں وجود نہ ہوگا۔ لیکن  
مساوات کا قانون ہر حال اس میں ہوگا۔ اور جب قمری ستر ہوگا تو اس میں شمسی کا  
شائبہ نہ ہوگا۔ لیکن نفس متساویہ کا وجود اس میں بھی پایا جائے گا۔ اور یہ کلیہ حکمت  
فلسفہ سے متعلق ہے چونکہ مسئلہ دقیق ہے اس لئے اندک تشریح ضرور ہے۔ قمری ستر ہونا  
شمسی ہونا۔ اپنے تمام دور میں اول سے آخر تک ایک رفتار پر قائم نہیں رہتا۔ بلکہ اس  
درمیان میں کبھی نامعلوم طریق پر لمبی بٹشی ہوتی رہتی ہے اس سے مراد تبدیل مقام  
نہیں بلکہ اپنے مقام میں رہتے ہوئے بھی تیزی اور سبکی کا قانون جاری رہتا ہے  
اور ہر حالت میں نفس متساویہ کا وجود پایا جائیگا۔ خواہ وہ تیزی سے سبکی کی طرف  
یا سبکی سے تیزی کی طرف بائیں ہو رہا ہو۔ اور آپ جب غور کریں گے تو ہر مقام پر  
نفس متساویہ کا وجود پائیں گے۔ اسی لئے اس کو نفس کاملہ کہا گیا ہے اور اس کا رنگ بھی غیر  
معین ہے۔ اہل بصیرت ہر رنگ میں اس کا رنگ دیکھ لیتے ہیں۔

پھر رگے کو خواہی جامہ می پوش من اندر اذقت برامی شناسم  
لیکن یہ واقعہ ہر ایک مقام محل سلال نہیں اور ان سے نتیجہ فخر انان اصحاب کا  
کام ہے جو اس علم میں درک کا کل ماسل کو چکے ہیں۔ بالفاظ صحیح اسے حال کہہ سکتے ہیں جو  
قال کی رنگ آمیزی سے خالی ہے۔ اور میں اس تاریک پہلو کو روشنی میں لانے سے مجبور رہ  
ہوں جس اندر تقد کو عباس تحریر نہ پنا سکیں اس سے دامن بچا کر ہی چلنا مجبوری ہے  
بس ہم اس نفس متبادیہ ظاہرہ سے نتیجہ فخر کہہ سکتے ہیں۔ جب تہرہ دہنی طرف سے بائیں  
طرف یا بائیں طرف سے دہنی طرف تبدیل ہوتے ہوئے درمیان میں نفس متبادیہ چلتا ہو  
اس اثر میں حسب ذیل کام کرنا مفید اور خوب ہیں۔ افسروں اور حاکموں سے ملاقات کرنا  
خیرات کرنا۔ یا کوئی مکان عبادت یا علم و مہر کی تعلیم کے لئے بنایا جائے جیسے مسجد۔ مدرسہ  
مند۔ آشرم وغیرہ۔ بیاہ شادی کرنا۔ نئے کپڑے پہننا۔ متبرک اور مقدس مقامات کی  
زیارت کے لئے سفر کرنا۔ اگر کسی غلط طریق پر جسم میں زہر داخل ہو گیا ہو تو اس کے  
نکالنے کے لئے دعایا آلات کا استعمال کرنا اور اسی قسم کے امور کرنا باعث کامیابی  
ہوتے ہیں :

### قسم چہارم

ہر سر اقام بالادہ ہیں جن کا ذکر علم النفس کے متداول رسالوں میں پایا جاتا ہے  
اور یہی تین قسمیں مشہور ہیں اور ابتدائی تعلیم علم النفس کے لئے نیز دنیوی امور اور  
سوالات جو ابانتہ حاصل کرنے کے لئے یہ اقسام ششہ مستقل ہیں۔ بقایا قسم چہارم و پنجم  
و ششم و ہفتم نامیں امریکان ہیں اور اس سے مخصوص اصحاب ہی فائدہ حاصل کر سکتے  
ہیں یعنی پیشہ سلسلہ ہے۔ جب ان ہر سرہ اقسام بالائیں درک تمام اور استفادہ  
کامل ہو جائے تب بقایا اقسام چہارگانہ سے صیغہ حاصل کیا جاسکتا ہے جب صفحہ اٹھ

کرنے کا وقت ہو یعنی جب آفتاب نصف النہار پر پہنچے تو شرع اسلام میں اس وقت نماز پڑھنا جائز نہیں حقیقت میں غموائے کبرے کی تین قسمیں ہیں اور ہر سہ اوقات میں نماز جائز نہیں  
 اول جب آفتاب نکل رہا ہو۔ دوم جب آفتاب غروب ہو رہا ہو۔ سوم جب آفتاب نصف النہار  
 ہو۔ ان ہر سہ اوقات میں کوئی کام دینا کا نہ کرو۔ اور کسی سے کوئی بات اہم اور ضروری  
 نہ کرو۔ نہ کسی سے ملاقات کرو۔ بلکہ خاموش خدا کے ذکر میں مشغول رہو۔ اگر کوئی کام  
 اپنے غموائے کبرے سے قبل شروع کرو یا ہے اور غموائے کبرے کا وقت آگیا تو کم سے کم  
 پانچ منٹ کے واسطے اس کام کو ترک کرو۔ یہ یاد رکھو کہ کسی کام کا آغاز ہرگز نہ کرو  
 طلوع اور غروب کا وقت تو سب ہی پہچانتے ہیں۔ ہاں درمیانی وقت یعنی جب دن دو  
 حصوں پر برابر تقسیم ہو اس کی شناخت اہل علم ہی کر سکتے ہیں۔ لیکن موٹا صاحب  
 یہ ہے کہ جب دن کے چالیس تب غموائے کبرے کا وقت سمجھیں۔ جس طرح طلوع و غروب  
 میں روزانہ کی تبدیلی رہتی ہے اس طرح غموائے کبرے میں بھی روزانہ تبدیلی ہوتی ہے  
 اور اس کا حساب یہ ہے کہ طلوع آفتاب سے غروب آفتاب تک جس قدر گھنٹے اور منٹ کا  
 دن ہو اس کا پورا نصف غموائے کبرے ہے۔ اس وقت جو کام شروع کیا جائے وہ بخیر و  
 خوبی انجام پر نہیں پہنچتا۔ یہ وقت بالکل خاموشی اور عبادت کا ہے۔ یہ واضح رہے کہ  
 اکثر اہل علم نے نفس مساویہ میں کام کرنے کی مخالفت کی ہے۔ اگر آپ اس علم کی کثرت سمجھیں  
 تو معلوم ہوگا کہ اکثر و بیشتر صاحب نے نفس مساویہ (دیکھو قسم سوم) میں ہی کام کرنے کی  
 مخالفت کی ہے مگر مجھے اس سے اتفاق نہیں کیونکہ میں تشریح کر چکا ہوں کہ نفس  
 مساویہ ہر رکن کے اندر پایا جاتا ہے۔ کوئی جز نفس مساویہ سے خالی نہیں نفس مساویہ  
 مراد وقت مساوی مرادو۔ یعنی جب دو دن وقت مل رہے ہوں اس وقت کوئی کام  
 نہ کرو۔ نہ کسی سزا کا جو اب حاصل کرو نہ سزا کرو۔ غرض کہ جو کام بھی ان اوقات میں  
 کیا جائیگا وہ حسب قضا نہ ہوگا۔ اصطلاح تصوف میں اس کام کو نفس الماوار ہے

اس کا رنگ نیلگوں سرخی مائل ہے اور اس کا ستارہ مشرق ہے :

## قسم پنجم

اس کا نام نفس الراضیہ ہے۔ اس کا رنگ سبز ہے اور ستارہ مشتری ہے۔ اور اس کا تعلق سخوائے کبرائے سوم سے ہے۔ یعنی جب آفتاب غروب ہو رہا ہو (طلوع آفتاب یعنی سخوائے کبرائے اول تو شمس سے ہونا بیان ہو چکا) ستارہ مشتری سعدا کہتے ہیں اور اس کی ساعت میں ہر کام سدا ہوتے ہیں۔ اور نہایت مبارک ساعت مشتری کی ہوتی ہے لیکن سخوائے کبرائے کے متعلق بغیر کسی استثناء کے کسی کام کا نہ کرنا بیان کیا ہے۔ حالانکہ فریضہ یہ چاہتا ہے کہ مشتری جو سعدا کہتے ہیں اس میں اہم کام کئے جائیں۔ اس لئے ساعت مشتری میں غروب آفتاب کے وقت کسی دعا یا بدعا اثر فورا ہوتا ہے۔ علاوہ ازیں یکسوئی قلب اور خیالات کا قیام اور تقویٰ کی پختگی اس ساعت میں بہت مفید ہوتی ہیں۔ مگر نیم کی مشق اور کسی شے کا تقدیر ساعت مشتری میں بہت جلد بختم ہوتا ہے (اگر کوئی آدمی چند یوم تک غروب آفتاب کے وقت صرف پندرہ منٹ خیال کی یکسوئی اور سکون قلب کی مشق کرے۔ پھر جو دعا یا بدعا اس کے منہ سے نکلتی ہے اس میں غوری اثر ہوتا ہے۔ اسی طرح اگر مطلوب کا تقدیر ساعت مشتری میں چند یوم تک کیا جائے تو بے کسی عمل کے تاثیر تمام پیدا ہوتی ہے۔ اور مطلوب سحر ہو جاتا ہے۔

## قسم ششم

اور سانس جب سیدھے سے آگے نکلنے کی طرف عود کرتی ہے تو اس کی ساعت اول کا تعلق زحل سے ہوتا ہے۔ اس وقت اگر درد والی جگہ پڑس کیا جائے تو بے کسی عمل کے درد موقوف ہوتا ہے۔ اگر دور و دراز کا سفر کیا جائے تو بہت

مفید ہوتا ہے اور کسی امیر یا کسی بزرگ کی خدمت میں حاضر ہو تو اس سے نیک تجربہ حاصل ہوتا ہے۔ اصطلاح نقوف میں ایسے نفس المرصیہ کہتے ہیں۔ اس وقت کی عبادت درج قبولیت پر پہنچتی ہے اور وظائف و عملیات میں بھی اثر ہوتا ہے اس کا رنگ سیاہ ہے۔

## قسم ہفتم

اور جب اس لئے اپنے تنہ کی طرف سے سیدھے تنہ کی طرف آتی ہے تو اس کی ساعت اول کا تعلق زہرہ سے ہوتا ہے۔ اصطلاح نقوف اس کا نام نفس المطہنہ ہے۔ دم کشی اور زندگی بڑھانی کی کوشش اس ساعت میں بہت موثر ہوتی ہے اس کا رنگ سفید ہے۔ اس وقت قدرتی طریق پر ذر کی بارش ہوتی ہے اور انسان اپنے قلب میں ایک المین اور سکون پاتا ہے۔ اور تمام عمل جو بھگتی تصور سے متعلق ہوں مفید ہیں۔

نوٹ:- فحوائے کبرئے اول۔ دوم۔ سوم ایک مستقل قسم ہے۔ خواہ مردانہ یا عورتانہ ہو یا بایاں اس سے بحث نہیں ہے۔ اور یہ ایسے امور ہیں کہ جب انسان ان پر عمل کرے گا تو خود ہی اثرات معلوم ہوں گے۔ یہاں تک ایک خاص مقدمہ تھا جو میں بیان کر چکا۔ اور ان شاء اللہ تعالیٰ میں کسی وقت پھر بھی اسی کتاب میں نفوس چارگانہ سے بحث کروں گا۔ فی الحال میں اقسام نفوس ثلاثہ (شمسی۔ قمری۔ مہاسری) سے بحث کرتا ہوں۔ اور یہ ہی اس علم میں مشہور باب ہیں۔ ذالک حق القوز العظیمہ۔

اگرچہ جبر و اختیار کا مسئلہ ایسا الجھا ہوا ہے کہ زمانہ دراز کی بحث و تحقیق اس گڑھ کو نہ کھول سکی۔ علماء اور علماء کے مجدد تناقض آپ کو اس بحث میں ملیں گے

لیکن یہ سب جہلاتی بلع کی یاد رفتاری اور شوقی علم کی ونگ آمیزی ہے۔ ہمیں ایسی طاقت ہے کہ غلط کو صحیح اور صحیح کو غلط کر دکھاتا ہے۔ لیکن حقیقت بالکل سائنس ہے۔ یعنی جب انسان اپنے افعال و کردار کا محشر کے دن جواب دہ اور اپنے امور کا کفیل ہے۔ اور اس پر جزا و سزا مرتب ہے تو اختیار کا جو نام بھی لازمی ہے۔ اگر یہ کہا جائے کہ انسان اندر متا یا مختار ہے یہ بھی صحیح نہیں۔ اگر مجبور شخص مان لیا جائے تب بھی عقل سلیم مان لینے کو تیار نہیں۔ اور اس اچھے ہوئے معاملہ کو بھی چھوڑ دو اس کے تسلیم کرنے میں تو چارہ نہیں ہو سکتا کہ خدا نے ذوالجلال نے انسان کو پیدا کر کے اس کی حاجات اور ضروریات کی تکمیل مختلف قسم سے کی ہے۔ دیکھ جب قدرت نے انسان میں تشنگی کا مادہ پیدا کیا تو اس کے دفع کے لئے پانی بھی پیدا کیا اگر تشنگی جوتی اور پانی نہ ہوتا تو نظام کائنات میں فتنہ پیدا ہو جاتا۔ اسی طرح جب انسان کی حیات کا دار و مدار رزق پر رکھا تو قسم قسم کے اکرلات بھی پیدا کئے۔ ساتھ ساتھ عقل سلیم اور فکر طبع عطا فرمائی کہ ہر ان عطیات خداوندی سے فیض حاصل کریں۔ جب اللہ تعالیٰ نے موسم سرما پیدا کیا تو اس سے نجات کے واسطے رونی اور اون بھی پیدا کیا اور انسان کو نقل بالغ عطا فرمائی کہ وہ اس سے کپڑے تیار کر کے زحمت نہ رہے نجات پائے۔ غرض کہ اگر آپ یقین نظری اور تربت نکھاسیئے کام لیں تو معلوم ہو گا کہ قدرت نے انسان کو مجموعہ حاجات بتایا ہے۔ لیکن ہر حاجت کی تکمیل قدرت نے پہلے ہی نبیا کر دی ہے۔ اور اس کا طریق استعمال بھی قدرت نے ہی سمجھا دیا ہے۔ لیکن باوجود تعلیم فطرت اور نظر بالغ کے پھر بھی انسان تعلیم و تعلم کا محتاج ہے۔ دبستان فطرت میں انسان کو درس خانی لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ سے مل کر دیا ہے لیکن حسب قانون ان اکھان کان ظلو مکھولا۔ انسان جمالت کی باریکیوں میں رہا کہ وہ کھنگھار ہوتا تھا جس کے لئے قدرت نے دنیا میں



علم و حکمت کے اندر نہ جاری کئے۔ اور اس مدرسہ علم و ادب میں ایک انسان کامل کو  
 مندرجہ ذیل ہدایت پر جلوہ گر فرمایا جو حکمت میں نشی و نشانی کی تعلیم سے کامل اور  
 اکمل ہو چکا تھا اور باہل انسانوں کو ہدایت کی کہ خاص شہادت اہل اللہ کو  
 ان کائنات کا تعلیمات اس تعلیم گاہ میں مختلف علوم و فنون سکھائے جاتے ہیں۔  
 ان میں سے ایک درس یہ بھی ہے کہ انسان اپنے دنیوی کام اور بگڑے ہوئے مقامات  
 درست کر سکے۔ اگر درس احادیث پاک پر تفصیلی نظر ڈالیں تو معلوم ہو گا کہ اگر  
 تشنگانِ چشم و حدیث اپنی تشنگی اس انسان کامل کے فیض سے بجھا رہے ہیں تو وہ مگر  
 طرف دنیوی نجوم و نجوم کے مجروح بھی مرہم شفا حاصل کر رہے ہیں۔ غرض کہ یہ مدرسہ  
 قدرت ہر درد کا علاج اور ہر دکھ کا درمان کرتا ہے۔ یہ شفا خانہ رحمت و محبت میں  
 نہیں۔ ان مختلف علوم میں سے جن کو انسان اپنے بگڑے ہوئے کاموں میں استعمال  
 کرتا ہے ایک علم۔ علم النفس بھی ہے۔ اور یہ زمانہ ان ہی قوانین و قواعد پر مشتمل ہے  
 چونکہ یہ علم قدرتی ہے اور حسبِ قانونِ الدین قائم ہے اس علم کے قوانین و قواعد  
 نہایت سہل اور سیدھے سادے ہیں۔ اس میں نجوم۔ رمل۔ جفر۔ سادہ رک۔ علم الاعداد  
 علم الاسرار وغیرہ وغیرہ کی پوری کھائی اور ناہمواریاں ہوتی ہیں۔ چند دن کی  
 مشق سے انسان اس علم کا ماہر بن سکتا ہے۔ نہ اس میں ضرب و تقسیم کی ضرورت  
 ہے۔ نہ نظریہ اور استدلال کی حاجت ہے۔ صرف معمولی سے تین سبق ہیں اپنے  
 ایک تھپے کو انگلی سے بند کر دو۔ اور اس سے ہر انکالو۔ پھر پہلے بند کئے ہوئے کی کھول دو  
 اور دوسرے کو انگلی سے بند کر کے سانس نکالو۔ تم کو معلوم ہو گا کہ ایک تھپے سے سانس  
 صاف اور دوسرے سے نکلی رہی ہے اور ایک سے مقدار میں کم نکلی رہی ہے۔ جس سے  
 صاف تیز اور دیر سے نکلتا ہے چلتا سکتے ہیں اور جس سے دیر تک کھڑا ہو سکتا ہے  
 بند کر سکتے ہیں۔ اگر دونوں تھپوں سے برابر ہوا نکلی رہی ہے تو اسے نفس متساوی کہتے ہیں

در بیہ قانون میں معنی تہ گدشتہ میں بیان کردیا ہوں۔ جس پر علم النبی تین الواہد پر  
 تقسیم ہے۔ جسم ہدف فی میں دو وقتیں بیاہر کام کر رہی ہیں۔ اور ان دو وقتوں پر انسان کی  
 زندگی کا دار و مدار ہے۔ ایک وقت باہر سے اندر آتی ہے۔ ایک وقت اندر سے  
 باہر کو جاتی ہے۔ اگر اس آند و رفت کا سلسلہ بند ہو جائے تو انسان فنا ہو جائے۔ باہر  
 اندر لائے کا کام شمس سے متعلق ہے۔ اور اندر سے باہر لیجانے کا کام قمر سے متعلق ہے۔  
 لیکن عقل سلیم اس نکتہ پر غور کرتی ہے کہ اس آند و رفت میں ایک اصول مساوات  
 قائم ہونا چاہئے۔ وگرنہ کوئی شے وزن سے زائد ہو جائے گی (خواہ وہ آبیو الی ہو  
 یا جانیاو الی)۔ تو نظم و ترتیب میں فرق ہو جائے گا۔ اس کے لئے قدرت نے نفس  
 متساویہ کو میزان بنا دیا ہے۔ نفس متساویہ کا یہ کام ہے کہ وہ درجہ اعتدال کو  
 قائم رکھے اور وہ جو چیز اندر آئے والی ہے وہ حد سے زیادہ نہ آجائے اور جو شے  
 باہر جانیو الی ہے وہ اندازہ سے زیادہ باہر نہ نکل جائے۔ لیکن یہ وقتیں کسی خارجی  
 وجہ سے کبھی کبھی اپنے مقصود کا ہر میں معطل ہو جاتی ہیں۔ اور ان کا تعطل ہی انسان کو  
 بیمار یا۔ مرضی اور کام کا سبب بنتے ہو جاتے ہیں۔ اس علم کا جائزہ ۱۷۱۔  
 اس وزن کو قائم رکھ سکتا ہے علی الخصوص جب نفس متساویہ اپنے فرائض کو موافقت  
 معطل ہو جائے۔ اور ظاہر ہے کہ ہر شے میں توازن اور متناسب کا ہی قانون جاری  
 ہے۔ جب کسی شے میں توازن و متناسب کا قانون شکست ہو جائے گا وہ شے بھی  
 شکست ہو جائے گی۔ علم طب بھی اسی توازن اور متناسب کا حیاں کرتا ہے۔ انسان  
 جسم میں اربعہ عناصر کی حکومت ہے۔ جب تک اربعہ عناصر میں توازن قائم ہے۔  
 انسان تندرست ہے۔ جب قانون توازن شکست ہوا کوئی نہ کوئی بیماری پیدا  
 ہوتی۔ اس تناسب کو قائم کرنے کے لئے انسان کو علم طب سکھایا گیا اور طبی  
 دوشوں کی تاثیرات کا علم عطا فرمایا گیا۔ جب انسانی شہین میں کوئی خرابی پیدا

ہو جاتی ہے تو دیوایات کے خدیو اس کی دوستی کر دی جاتی ہے۔ اسی طرح دیوانہ کوئی گنہگار نہیں یا گنہگار ہے تو اس کی تکلیف ہو سکتی ہے اور اس حصہ کی تکمیل کا نام علم النفس ہے اور ان ہی قوانین پر یہ مسائل مشتمل ہے۔

**قانون**۔ قمری نفس جب سانس بائیں نیتھے سے زیادہ زور سے نکل رہی شمال و مشرق سے جنوب ہے۔ جب قمری ٹمر دل رہا ہو تو آب شمال و مشرق کی طرف چلتے۔ کامیابی یقینی ہے۔ اگر برعکس آب مغرب اور جنوب کی طرف جائیگے تو کام میں خرابی ہوگی۔ اور جب شمس ٹمر دل رہا ہو (سانس داہنے نیتھے سے زیادہ زور سے نکل رہی ہو) تو جنوب اور مغرب کی طرف کے کام کچھ سب کام درست اور حسب مشاؤ کامیابی پر ختم ہوں گے۔ اگر دونوں نیتھوں سے سانس برابر جاری ہو تو اس وقت کوئی کام دنیا کا نہ کریں۔ یہ وقت عبادت اور ریاضت کا ہے۔ اور دعا بد دعا کی قوت اس میں یعنی نفس متساوی میں قدرت لے و دیدت رکھی ہے (چار اقسام جو میں سابقہ اوراق میں بیان کر چکا ہوں ان سے اس وقت بحث نہیں ہے۔

وہ ایک باب علیحدہ ہے۔ جس میں آگے چل کر بیان کر دوں گا۔ اگر کسی جگہ کسی مسئلہ میں تعارض اور مخالفت واقع ہو جائے تو آپ میں یارانہ الجھیں۔ سابقہ اوراق میں مشتمل بحث ہے۔ اور اب میں اقسام تلافی کو جدا گانہ اور اقسام اربعہ کو علیحدہ بیان کر رہا ہوں موجودہ درس اقسام تلافی سے ہی متعلق ہے اقسام اربعہ سے بیان کوئی حق نہیں ہے) **قانون**۔ اب کلام سانس نیتھوں سے آتی جاتی ہے۔ لیکن اس کا منبع اور خزانہ

یہ ہے جس کی ہڈی ہے سانس ریڑھ کی ہڈی سے ہی خارج ہوتی ہے۔ اور اس جگہ جمع ہوتی ہے۔ قمری ٹمر کا نفس ریڑھ کی ان ہڈیوں سے ہے جو ان کی طرف جمیدہ ہوتی ہیں اور شمسی ٹمر کا نفس ان ہڈیوں سے ہے جو سیدھی طرف جھکی ہوتی ہیں۔ اور نفس متساوی کا نفس درمیانی گریبون یعنی جو دونوں سے ہے۔ عالم ان علم النفس میں توفیق

آگ اور موت سے تشبیہ دی ہے۔ جس قدر ناسازگار امور حیات و نبوی میں واقع ہوتے ہیں۔ یعنی غم۔ فکر۔ موت۔ قرض۔ نقصان۔ لڑائی۔ فساد وغیرہ وغیرہ وہ سب نفس متساویہ سے متعلق ہیں۔ اس کے امتحان کے لئے جب آپ غور کریں گے تو صاف ظاہر ہو جائیگا کہ جب کوئی نکلے اور غم اندیشہ اور خطرہ کی بات پیدا ہوگی وہ اس وقت انسان پر وارد ہوگی جب سانس دونوں نفعیوں سے برابر چل رہی ہوگی اب یہاں ایک احتیاط ضرور ہوتا ہے اور وہ یہ ہے کہ نفس متساویہ چند منٹ کے لئے چلتا ہے کیونکہ قمری اور شمس کی حیات آدھ گھنٹہ تک ہمیشہ رہے زیادہ نہیں) لیکن ایک بیماری۔ ایک مہلک اور مہلک بعض اوقات برسوں اور مدت مدید تک چلتا رہتا ہے۔ قاعدہ یہ چاہتا ہے کہ جب سبب ختم ہو گیا تو اسباب بھی ختم ہو جانا چاہتے ہیں جس سبب سے اس کی نحوست نے ادا بار اور نیکیت پیدا کی تھی جب وہ تبدیل ہو گیا تو اس کی نحوست بھی حسب قاعدہ ختم ہونا چاہئے۔ لیکن متاثرہ شخص ہے کہ زخم پر پچھنے اور کسی خفس کو مجروح ہونے میں ایک منٹ صرف نہیں ہوتا مگر وہ زخم مدت مدید میں اچھا ہوتا ہے۔ بارش ٹھوڑی دیر ہو کر ختم ہو جاتی ہے لیکن نمی کا اثر مدتوں تک رہتا ہے۔ آگ جل کر اندک وقت میں فرو ہو جاتی ہے مگر اس کی حرارت اور گرمی بہت دیر تک قائم رہتی ہے۔ اسی طرح اگر آپ غور کریں گے تو سبب بہت جلد ختم ہو جاتا ہے مگر اس کے اسباب اور اثرات عرصہ تک قائم رہتے ہیں۔

**قانون۔** آپ امتحان کریں قمری شمس کا ہوتا ہے اور شمسی شمس کا ہوتا ہے خوب غور سے معلوم کرو جب قمری شمس چلتا ہوگا جسم میں ٹھنڈک اور سرخ دی ہوگی اور جب شمسی شمس چلتا ہوگا تو جسم میں گرمی ہوگی بعض اصحاب کو کئی گھنٹہ بلکہ دن رات بخار رہتا ہے اور بدن ٹھیکتا ہے۔ علی الخصوص تب محرقہ کے مریض ہر وقت بخار

چلتے رہتے ہیں حالانکہ اس قاعدہ کی مدد سے جب قمری شہر چلنے کا وقت آئے تو جہیز میں  
سردی پیدا ہونا چاہیے۔ حالانکہ ایسا نہیں ہوتا۔ اس کے واسطے آپ غور کریں تو  
معلوم ہوگا کہ قمری اور شمسی شہر کا اثر نمایاں نظر آئے گا۔ اگر آپ آسمانی مقیاس الحرارة  
(تھرمامیٹر) سے دیکھیں تو معلوم ہوگا کہ شمسی شہر میں حرارت زیادہ اور قمری شہر  
میں حرارت کم ہوگی۔ وہ اسباب اور اخطاط جن سے حرارت پیدا ہوتی ہے وہ  
اس قدر قوی ہو چکے ہیں کہ تنفس دھڑکی قوت پر غالب آجاتے ہیں۔ اس لئے  
قمری شہر میں کل الرجوع تو حرارت کو دور نہیں کر سکتا۔ لیکن اپنی فطرت کو بھی ترک  
نہیں کرتا۔ اپنی قوت کے مطابق کم ضرور کرتا ہے۔ جیسا کہ مشاہدہ گواہ ہے کہ  
بجائے بھی تیز تھا۔ ابھی کم ہو گیا۔ اسی طرح دن رات میں کمی مرتبہ کم اور زیادہ ہوتا  
رہتا ہے۔ یہ نہیں ہو سکتا کہ کسی کو بجائے رکھیں رہے۔ یہ تغیر و تبدل اور کمی و بیشی  
قمری و شمسی شہر کے اثرات کے ماتحت ہے۔

**قانون** تنفس یا سانس ہوا کا نام ہے۔ لیکن تین قوانین متضاد انسان  
میں ہر وقت کام کر رہی ہیں ایک قوت کا کام ہوا کو اندر کھینچنا ہے۔ دوسری قوت کا  
کام ہوا کو باہر نکالنا ہے۔ تیسری قوت کا کام ہوا کو جسم کے ہر حصہ میں پھیلانا  
ہے۔ ان سب کے نام اور اقسام اس علم کی دوسری کتابوں میں موجود ہیں۔ لیکن  
اس رسالہ کے اسباق سے ان کا کوئی تعلق نہیں ہے اور نہ ہی علم النفس سے کوئی خاص  
تعلق ہے نہ کسی عینک ان ناموں سے کوئی کام لیا گیا ہے۔ اس لئے میں ان باتوں کو  
ترک کرتا ہوں۔

**قانون**۔ جب ہوا اندر کھینچی ہے تو اس کی رفتار دس انگلی تک ہوتی ہے  
(بشرطیکہ حالت سکون کی ہو اور شہر شہر کے سانس کی جارہی ہو) اور جب باہر  
نکلنے ہو تو یہ پیلانی بارہ انگلی تک ہو جاتی ہے۔ مراد یہ ہے کہ سانس جب اندر کی

طرف کھینچی ہے تو کم ہوتی ہے۔ اور جب باہر کی طرف نکلتی ہے تو زیادہ تعداد ہوتی ہے۔ یہاں ایک شبہ پیدا ہوتا ہے کہ جو سانس اندر کی کھینچی ہے وہ ہی باہر نکلتی ہے۔ جب اندر کھینچنے کی مقدار باہر نکالنے سے کہے تو زیادہ مقدار آتی کہاں سے ہے۔ اس کا جواب یہ ہے کہ جو ہوا ایسے باہر کو اندر کھینچی ہے وہ صاف اور لطیف ہوتی ہے۔ اور جو باہر کو نکلتی وہ گندمی اور غلیظ ہوتی ہے۔ انسان جو کھاتا اور پیتا ہے وہ معدہ میں جا کر کھیتی ہے اور اس وقت لطیف بخارات نکلتے ہیں ان بخارات کے شامل ہونے سے ہوا کی جسامت اور مقدار بڑھ جاتی ہے۔ اور یہ ہلکے مطلق کی خاص ملکیت ہے۔ اگر باہر نکالنے کی مقدار کم ہوتی تو ان ہر وقت بیمار رہا کرتا اور انسان کے بیمار ہونے کی وجہ فاس ہیں یہی ہے کہ بخارات معدہ میں اس قدر کثرت سے ہوتے کہ تنفس کے ساتھ باہر نہ نکل سکے اور کثافت کی وجہ سے اس قدر وزنی ہو گئے کہ باہر نکالنے والی ہوا ان کو لانے میں کمزور ثابت ہوئی۔ وہ کثیف ہوا رگوں میں پھیل گئی اور انسان بیمار ہو گیا۔ آپ کے دل میں یہاں بھی ایک اعتراض پیدا ہوتا ہے کہ اس حالت میں ہر وقت ایک ہی مرض پیدا ہوتا۔ کیونکہ جب مادہ ایک ہے تو امراض مختلف کیوں۔ اس کا جواب یہ ہے کہ لوہان کے جسم میں ۷۲ ہزار رگیں ہیں (حسب تحقیق علم النفس) پس جس رگ میں یہ ہوا زیادہ پھیل گئی۔ وہ ہی بیماری پیدا ہوتی ہے۔ اور جب انسان چلتا ہے تو سانس کی لمبائی ۲۰-۲۵ انچ تک ہو جاتی ہے۔ اور دوڑنے میں ۲۰-۲۵ انچ تک۔ تقریر کے وقت ۱۸-۲۰ انچ تک۔ اور بعد صحبت کے وقت اور بعد صحبت یہ رفتار ۲۵-۳۰ انچ تک ہو جاتی ہے لیکن حالت خواب میں اس کی طوالت کی مقدار سو تک۔ عالمان علم النفس نے مقرر کی ہے۔ یہ تعداد انتہائی ہے۔ ایک تحقیقی حساب سے انسان ۲۷ گھنٹے میں ایکس ہزار چھ سو سانس لیتا ہے لیکن اس میں ان کے ضعیف اور قوی ہونے کے

بھی بہت دخل ہے۔ اب قوی آدمی میں ۲۲ منٹ میں تقریباً تین سو ساٹھ مرتبہ  
 سانس لیتا ہے۔ نتیجہ یہ اخذ کیا جاسکتا ہے کہ انسان جس قدر دیر میں سانس لے گا  
 اسی قدر اس کی عمر زیادہ ہوگی۔ اور صحت اچھی رہے گی اور اسی قدر بزرگ  
 تجربہ کیا گیا ہے کہ جو لوگ ایسا کام کرتے ہیں جن سے سانس بھول جاتے۔ جیسے دوڑنا  
 یا کثرت (ورزش) کرنا۔ اکثر ان کی عمر کم ہوتی ہے بعض مشرقی حکماء بہت دیر تک  
 دنیا میں رہے ہیں۔ انکی درازی عمر کا راز اس میں مندر تھا کہ وہ اپنی سانسوں  
 قابو پالیتے تھے۔ عام طریق پر کوئی آدمی پانچ منٹ سے زیادہ دم کشی نہیں کر سکتا  
 لیکن جب اس کی مشق کی جائے اور جس دم کیا جائے تو آدمی بہت دیر تک سانس  
 روک سکتا ہے۔ ایک فقیر ۲۲ گھنٹہ تک زمین میں دفن رہ کر زندہ نکلا۔ چوبیس  
 گھنٹہ تک جس دم کرنا قانون فطرت کے خلاف ہے۔ اور میں بحیثیت علم اقرار  
 نہیں کر سکتا کہ چوبیس گھنٹہ تک جس دم کیا جاسکتا ہے۔ اور میں مجبور رہوں کہ اس  
 واقعہ کو کسی ایسے شعبہ سے اور راز درون پردہ پر محمول کروں جو میری نگاہوں  
 پوشیدہ ہو۔ لیکن آخر میں معلوم ہوا کہ دہلی میں یہ فقیر جس دم کرتے ہوئے چوبیس  
 گھنٹہ کے بعد سردا ہے سے مردہ نکلا۔ یعنی وہ شعبہ منقطع ہو گیا۔ اگرچہ سانس  
 اس کے بھی خلاف ہے کہ آدمی دس منٹ تک بھی جس دم شاید نہ کر سکے۔ لیکن  
 میں اس کی بیعاد زیادہ سے زیادہ پندرہ منٹ تک کر سکتا ہوں۔ بعض  
 معمولی بھیک مانگنے والے فقرا کو دیکھنا گیا ہے کہ وہ بازاروں میں بھیک مانگتے  
 ہوئے اپنا منہ اور ناک کے دونوں ہتھکڑیوں کے سوراخ مٹی سے اس  
 طرح بند کر لیتے ہیں کہ ان میں تنفس کا مطلق راستہ نہیں رہتا۔ بعض کا خیال ہے  
 کہ یہ لوگ مشق سے سانس کے راستے کو بلیٹ لیتے ہیں۔ یعنی بجائے منہ اور ناک کے  
 میرزے سانس لینے کی مشق کر لیتے ہیں۔ ممکن ہے یہ صحیح ہو۔ اب بالآخر میں اگر

مان بھی لیا جائے کہ جس دم ایک دوا زحمت تک کیا جاسکتا ہے۔ لیکن علیٰ حیثیت  
 اس تصدیق والا لیا حق کی ضرورت نہیں۔ علیٰ قانون کے ماتحت اگر آپ پانچ  
 منٹ سے دس منٹ تک بھی سانس روکنے کی مشق کر کے تو وہ سب کچھ حاصل  
 کر سکتے ہیں جو ایک کامل حکیم۔ کامل ولی اللہ اور کامل انسان کو حاصل ہو سکتا  
 ہے۔ قدرت کے سرایتہ راز آپ پر منکشف ہو جائیں گے اور آپ ایک دانائے  
 حقیقت و معرفت انسان ہونگے اور اپنی عمر کو دوسو برس تک پہنچا سکیں گے  
 اور یہ خلافت فطرت نہیں۔ آج بھی قریشی میں ایک شخص ڈھائی سو برس کی  
 عمر کا پایا جاتا ہے۔ انفانتان میں ایک شخص دوسو برس کی عمر کا موجود ہے اور  
 تحقیق کرنے سے آپ ایسے بہت سے آدمی دنیا میں پاسکیں گے جنکی عمر بہت زیادہ  
 ہے۔ اس کا ثبوت ہمارے پاس کوئی نہیں کہ یہ کسی عمر والے شخص جس دم کیا  
 کرتے تھے یا قوانین علم النفس کے حامل تھے۔ بلکہ قدرت نے ان کو عمر درازی  
 عطا فرمائی ہے۔ ان اشخاص کا ذکر یہاں محض اس لئے کیا گیا کہ کئی سو برس تک کی  
 عمر حاصل کرنا خلافت قانون فطرت نہیں۔ مذہبی طریق پر تو بعض پیغمبروں کا  
 عمر بہت ہی زیادہ تسلیم کی گئی ہے۔ جیسا کہ مذہبی کتابوں میں لکھا ہے کہ حضرت  
 آدم علیہ السلام۔ حضرت شیث علیہ السلام۔ حضرت نوح علیہ السلام کی عمر  
 ہزار ہزار سال کی ہوئی۔ لیکن اس سے انکار نہیں کیا جاسکتا کہ دنیا میں بعض  
 انسان طویل العمر ہوئے ہیں۔ اب بھی اگر کوئی شخص جس دم کی مشق کر کے  
 اپنی سانس کو پانچ منٹ سے دس منٹ تک روکنے میں کامیاب ہو جائے تو  
 وہ طویل العمر ہو سکتا ہے ۛ

**قانون۔** انسان مجموعہ اعضاء ہے۔ کبھی بیمار ہو جاتا ہے۔ کبھی اچھا۔ کبھی  
 امیر ہو جاتا ہے کبھی فقیر۔ کبھی غرض ہو جاتا ہے کبھی رنجیدہ۔ قدرت نے انسان کو ایسا



متلون مزاج بنایا ہے کہ ہر وقت اسکی حالت دگرگول ہوتی رہتی ہے۔ لیکن یہ قانون یاد رکھو کہ جب خوشی۔ وراثت۔ صحت۔ فارغ ابالی۔ نفع ہوگا تو ہمیشہ قمری نفس کے دور میں ہوگا۔ اور آپ تجربہ کریں گے تو اس کو صحیح پائیں گے۔

جب کوئی خوشی اور نفع کی بات ہوگی تو قمری سر میں ہوگی۔ اور جب کوئی نقصان بچ۔ ملال۔ بیماری کی بات ہوگی تو نفس شمس یا نفس مساویہ میں ہوگی۔ علم النفس میں یہ مانا جوتا قانون ہے۔ ابتدائے مشق میں آپ کو یہ تکلف معلوم کرنا ہوگا کہ کرامت کون سا سر چل رہا ہے۔ لیکن کنگہ کی مشق کے بعد آپ کو تکلف کی ضرورت نہ ہوگی آپ نے کسی قانون کے استعمال کرتے ہوئے خود پہچان لیا کریں گے کہ اس وقت فلاں سر چل رہا ہے اور یہ شناخت بہت جلد حاصل ہو جاتی ہے۔

**قانون**۔ صبح کے وقت بستر سے اٹھنے سے پہلے لیٹے لیٹے۔ اپنے پنجوں پر ہاتھ رکھ کر معلوم کرو کہ اس وقت کون سا سر چل رہا ہے۔ جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کہہ کر ہاتھ کی پتیلی کو چوم کر اپنے چہرہ پر خوب پھیرو۔ اور پھر ہاتھ کو چوم کر اس وقت کہ وہ دن نہایت خوشی اور سعادت میں گزرے گا۔ یہ عمل خصوصاً

اس دن بہت ہی مفید ہوتا ہے۔ جس دن کوئی اہم کام ہو۔ مثلاً مقدمہ کی تالیف ہو۔ یا کسی افسر سے ملاقات کرنا ہے۔ یا کوئی خاص نفع نقصان کا کام درپیش ہے۔ اس عمل سے اس کام میں کامیابی ہوتی ہے۔ اسی طرح جس رات میں نیا ماں دیکھ دیکھ (چاند رات) اس کی صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو کہ کون سا سر چل رہا ہے۔ اگر قمری سر چل رہا ہے تو یہ علامت ہے کہ چند روز

دن تک کوئی شدید حادثہ پیش آئے گا۔ اور آپ خوشی۔ ترقی۔ عزت۔ کامیابی فتح پائیں گے۔ اگر شمس سر چل رہا ہے تو چند روز دن تک مصائب اور کام۔ فکرات

د تروادات - بیماری اور نقصان کے لئے تیار ہو جاؤ۔ اسی طرح چند دھویں تائیج کی  
 صبح کو طلوع آفتاب کے وقت دیکھو اگر شمسی شریل رہا ہے تو سعد اور مبارک ہے اور  
 اس کا وہ ہی ثمرہ ہے جو سورج ماہ میں قمری کا تھا۔ اگر قمری شریل رہا ہے تو حادثات اور  
 واقعات کا ہونا پایا جائیگا۔ اور یہ ایسے اہل قانون قدرت ہیں جس میں خلاف  
 نہیں ہو سکتا۔ اَلَا مَا شَاءَ اللّٰهُ وَ اللّٰهُ عَالِمُ غُیُوبِ الْعَالَمِیْنَ وَ کَانَ لِقَامِکَ لَا یَعْلَمُ  
 قدرت کو ہر وقت اختیار ہے کہ وہ سعد کو بخش اور کس کو سعد کر دے۔ مگر علم کا قانون  
 یہی ہے اور ایسا ہی ہوتا ہے۔ اگر کبھی اس کے خلاف ہو جائے تو وہ خاص علم اکمل الٰہی  
 ہے۔ جس میں پائائے دم زدن نہیں ہے۔

**قانون**۔ تقدیر و تدبیر کا مسئلہ بھی ایک لائچل معہ ہے۔ اسی کا دوسرا نام جزو  
 اختیار ہے۔ میں ان پھندوں میں الجھنا نہیں چاہتا۔ عالمان علم النفس کا مذہب  
 اور قانون بیان کرتا ہوں۔ ان کا تجربہ ہے کہ جب خلاف شریلے تو فوراً تبدیل  
 کر دے اس سے آنے والا واقعہ بند ہو جاتا ہے اور صحت کے واسطے بھی مفید ہے جو  
 لوگ تو ان علم النفس پر عمل کرتے رہتے ہیں وہ ہمیشہ تندرست رہتے ہیں۔ ان کو  
 کوئی بیماری نہیں ستاتی۔ کیونکہ خلاف شرک چلتا خرابی و مانع و معہ کی بھی علامت ہے  
**قانون**۔ ایک ماہر علم النفس کا تجربہ ہے کہ اگر شمسی شریل رہا ہے اور آپ  
 قمری میں تبدیل کرنا چاہتے ہیں تو داہنے تھلے میں ذرا سا شہد لگا دو تو مطلوبہ شہ  
 چلنے لگے گا۔

**قانون**۔ جبوقت قمری شریل میں تبدیل ہونا شروع ہوتا ہے اسوقت  
 اجزائے دماغ اسقدر منتشر ہو جاتے ہیں کہ خوشبو اور بلیک احساس انسان کو  
 نہیں ہوتا۔ اور یہ حالت تقریباً دو منٹ تک رہتی ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے  
 تو معلوم ہوگا کہ دن میں کئی مرتبہ یہ حالت پیدا ہوتی ہے کہ خوشبو اور بلیک احسا

نہیں ہوتا اور وجہ قریٰ ٹہر چل رہا ہو تو دماغ اس قدر حساس ہوتا ہے کہ دور سے  
 اندک خوشبو اور بدبو کا احساس ہو جاتا ہے ۛ  
**قاعدہ ۛ** جب کسی باہم واقعہ کے لئے گھر سے نکلے مثلاً کوئی سفارہ ہے۔ یا کسی  
 دشمن سے مقابلہ ہے۔ بہر حال کوئی خاص نفع نقصان کی بات کے واسطے گھر سے نکلے  
 تو پہلے وہ قدم گھر سے نکال جس طرف کا تقابلاً بند ہے۔ گھر سے مراد بیرونی دروازہ  
 ہے۔ اگر آپ اس پر عمل کریں گے تو بہت سے فائدہ پائیں گے کسی دشمن سے مقابلہ  
 ہے اور دشمن قوی ہے جس سے آپ کو خطرہ ہے۔ یا کسی افسر کے سامنے پیشی ہے۔ اور  
 نقصان پہنچنے کا خطرہ ہے۔ بہر حال پر وہ آدمی جس سے کوئی خطرہ ہو یا آپ حسبِ مشاء  
 اس سے کام لینا چاہتے ہیں یا اس پر فتح پانا چاہتے ہیں تو اس طرح کھڑے ہو یا جمع  
 کہ وہ شخص تمہارے بند سر کی طرف ہو۔ آپ دیکھیں گے کہ کس طرح وہ شخص آپ کا  
 طرفدار ہو جاتا ہے۔ یا نرم ہو جاتا ہے یا آپ سے مغلوب ہو جاتا ہے (جو مرد صفا  
 اور آہستہ چل رہا ہے اس کا حکم بند ہونے کا ہے) غلامہ یہ ہے کہ جو شخص آپ کے  
 بند نفس کی طرف ہو گا وہ آپ کے ہم خیال اور آپ سے کمزور ہو جائیگا۔ اگر تمہارا  
 دشمن۔ تمہارا افسر چلتے سر کی طرف ہے تو یقیناً اس کی مخالفت زیادہ ہوگی اور  
 آپ کو نقصان پہنچ جائیگا۔ آپ اس قانون کا تجربہ کریں۔ بالکل صحیح پائیگی  
 جس شخص سے جو بات سنو ناہم اس کو اپنے بند سر کی طرف بٹھا کر بات کرو۔ جو  
 بات آپ کہیں گے وہ مان لے گا۔ اور ہرگز تمہارے خلاف نہ کرے گا۔ یہاں  
 ایک نکتہ قابلِ عمل ہے۔ جو آپ کے دل میں پیدا ہو گا اور وہ یہ کہ افسروں کے  
 سامنے ہمیں کیا اختیار ہے کہ ہم جد مضر چاہیں کھڑے ہو جائیں۔ یا کوئی ایسا موقع  
 ہے کہ ہم کسی شخص کو اپنی خواہش کے مطابق نہیں بیٹھا سکتے نہ ہم بیٹھ سکتے ہیں  
 تو وہاں کیا کریں۔ اس کا جواب یہ ہے کہ کسی صورت سے اپنے چلتے سر کو بند کر لو

مثلاً آپ کا داپنا متعنا چل رہا ہے اور مطلوب شخص بھی داپنی طرف ہے۔ تم  
 بندہ ترکی طرف آئے متقل نہیں کر سکتے تو ایسی حالت میں کسی طریقے سے اپنا داپنا  
 بند کر لو۔ اگر سانس کی تکلیف ہو تو منہ سے سانس لے لو۔ اس طرح بھی اپنی  
 بات مندا سکتے ہو۔ یاد دشمن پر فتح پا سکتے ہو۔ یہ ایک خاص اور مجرب قانون  
 ہے۔ اسپر فروغ مل کر و۔ اور فائدہ پاؤ۔ ایک اور مفید اور قابل غور تجربہ معلوم  
 کرو کہ اگر کسی شخص کو اپنی بی بی پر قابو حاصل نہیں۔ بی بی زبردست ہے اسپر  
 فتح حاصل نہیں ہوتی تو علم النفس کا عمل زبردست اور تیر بہدف عمل ہے۔  
 اس عمل کی ترکیب یہ ہے کہ جب عورت ایام ماہواری سے فارغ ہو اور اس وقت  
 مرد کا قسمی اور عورت کا قمری یعنی مرد کا داپنا اور عورت کا بایاں سر مل رہا ہو  
 تو قربت کرے مرد اسپر فتح پا سکتا۔ اور بی بی ہمیشہ عیشہ تابع فرمان رہے گی۔  
 مراد یہ نہیں ہے کہ چند دن ایام ماہواری سے پاک ہو اس دن ہی قربت کجاؤ  
 بلکہ سات ایام تک اسکی تعداد ہے۔ سات دن کے اندر اندر قربت کر سکتے ہیں  
 اگر مرد نافرمان ہو اور عورت سے دلشکی اور موافقت نہ ہو تو وہ مرد سے اس وقت  
 بات کرے جب عورت کا قسمی اور مرد کا قمری مل رہا ہو۔ اب ایک مشکل اس میں  
 یہ ہے کہ اپنا شرف نہ ہر ان میں معلوم کر سکتا ہے۔ دوسرے کا شرف کس طرح معلوم کرے  
 اس کے لئے آپ تاریخ سے حاب کر سکتے ہیں جو میں ابتدائی صفات میں بیان  
 کر چکا ہوں۔ اس حاب سے ہر ایک کا نفس معلوم ہو سکتا ہے۔ ایکسی اور قمری  
 ترکیب سے معلوم کر لیں کہ کون سا سر مل رہا ہے۔ علمائے علم النفس نے ایک  
 اور اثر بھی بیان فرمایا ہے جس شخص کے اولاد نہ ہوتی ہو تو وہ ایسے وقت میں  
 مباشرت کرے۔ جب عورت کا قمری (بایاں) اور مرد کا قسمی (داپنا) سر مل  
 رہا ہو تو بحکم خدا اولاد ہوتی ہے اور یہ ایسا عمل ہے کہ اسپر عمل کرنے سے یقینی۔

قائم ہوتا ہے اے ماشاء اللہ۔ درمیانی حالات کا بھی حباب اس میں ہے لیکن وہ  
 اس کی تفصیل ہو سکتی ہے جو طوالت کے سبب سے میں نظر انداز کرنا چاہوں۔ مذہبی  
 کتابوں میں لکھتے ہیں کہ حضرت خواجہ علیہ السلام حضرت آدم علیہ السلام کی باتیں پہلی سے  
 پیدا ہوئی تھیں۔ چونکہ جسم کے بائیں حصہ کا تعلق قر سے ہے اس لئے عورت کا قمری  
 شر سے اور مرد کو شمسی شر سے تعلق ہے۔ لہذا جب ایسا وقت ہو گا کہ مرد کو شمسی اور  
 عورت کا قمری شر عمل رہا ہو تو باہمی محبت کے جذبات پیدا ہوتے ہیں۔ ایک اور نکتہ  
 بھی معلوم کرو۔ مرد اور عورت آمنے سامنے ایک بستر پر لیٹیں یعنی دونوں کا منہ  
 مقابل کر دو۔ اس طرح لیٹنے میں مرد بائیں کروٹ پر ہو گا اور عورت دہائی کروٹ پر  
 اس طرح تھوڑی دیر بیٹھے نہیں تو باہمی جذبات محبت پیدا ہوتے ہیں۔ اور اس  
 طرح لیٹنے میں بغیر کسی مزید کوشش کے مخالف سرطانی لگتے ہیں۔ یعنی عورت کا قمری  
 اور مرد کو شمسی اور اس کا نتیجہ محبت اور یکجہلیت نیز اولاد زینہ پیدا ہونے کا سبب  
 ہوتا ہے۔ ایک ایسا زبردست عمل ہے جو اپنے نتیجے میں قبل نہیں ہوتا۔ اور جو میاں بیوی  
 اس حد سے پر عمل کر لیں گے ان کی زندگی سمیت خوش و خرم رہے گی اور دونوں کے دلوں  
 میں ملاقاتی محبت کا سمندر موجزن رہے گا۔ علم النفس کا لفظ اسی شخص کو آتا ہے  
 اور وہ بھی شخص اس کے مرتبہ رازوں پر مطلع ہوتا ہے جو عمل بھی کرتا ہے اس کے  
 قائل میں کوئی لطف نہیں۔ ہاں اس کا حال ہر اسر عجائبات اور تعجرات سے ہے  
 جو شخص علم النفس کے کسی قانون پر عمل کرے گا۔ اسکو معلوم ہو گا کہ اس علم کے ہر مرتبہ  
 اور ہر حرکت میں حکمت و منفعت کے خزانے بند ہیں۔ لیکن یہ قانون یاد ہے  
 کہ جب کسی مرد کو اپنا جو خیال کرنا ہے۔ اور اپنی طرف سے اس کے دل میں جذبات  
 محبت پیدا کرنا چاہی تو مرد کو اپنے بندہ متینہ دشر کی طرف متوجہ کر دو۔ دونوں میں  
 جو فرق ہے اس کو سمجھ لو۔

**قاعدہ** - میں نے قاعدہ مذکورہ بالا میں بیان کیا ہے کہ پہلے اسی طرف کا  
 قدم اٹھاؤ جس طرف کا شربند ہے لیکن یہ قاعدہ مخصوص ہے دشمن کے مقابلہ کے لئے  
 کسی موقع میں بیان دینے کے لئے کسی افسر کو اپنا چننا کرنے کے لئے مقدمہ کا  
 فیصلہ اصراف پر کرنے کے لئے اور اسی قسم کے مقاصد کے لئے لیکن جب عام طریق پر  
 آپ گھر سے نکل رہے ہیں۔ اور کسی سے ملاقات کرنا ہے یا تجارت کا لین دین کر  
 یا کسی سے قرض لینا ہے۔ یا بیاہ شادی کی بات کرنا ہے یا کسی سے شرکت کا قصد ہے  
 اس قسم کے امور میں داہنے بائیں یا قمری۔ شمسی تہ کی قید نہیں۔ گھوڑے بیرونی  
 دروازہ پر کھڑے ہو کر دیکھو کہ کون سا شہر چل رہا ہے بس جو بھی شہر چل رہا ہو  
 (خواہ شمسی ہو یا قمری) پہلے اسی طرف کا قدم گھر سے نکالو۔ اپنے مقصد میں  
 کامیاب ہو گے۔ اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک پہلے وہ ہی قدم اٹھاؤ  
 جو شہر چل رہا ہو (خواہ شمسی ہو یا قمری) پہلے اسی طرف کا قدم گھر سے نکالو۔ اپنے  
 مقصد میں کامیاب ہو گے۔ اگر اس بات کا خیال رکھو کہ دس قدم تک بھی وہ ہی  
 قدم اٹھاؤ جو شہر چل رہا ہو تو پھر کامیابی میں شبہ نہ کرو۔ یہاں یہ بات بھی واضح  
 کر دینے کے قابل ہے کہ شاید آپ کو کسی قاعدے میں خلافت ہو تو خوب یاد رکھو کہ ثانی قاعدہ اور کسی کی  
 یعنی کسی پہلے قاعدے کے خلافت ہو تو خوب یاد رکھو کہ ثانی قاعدہ اور کسی کی  
 تحقیق ہوگی۔ اگرچہ میں نے مخالف مواقع پر نوٹ لگا دیا ہے (کہ بعض کی تحقیق یہ  
 ہے) تاہم کسی بلکہ یہ نوٹ رہ جلتے تو اس سے یہ ہی مراد ہوگی کہ پہلا قاعدہ میرا  
 تحقیق شدہ ہے اور دوسرا قاعدہ کسی اور عامل کا۔ آپ فرمائیں گے کہ ان میں سے  
 مرجع کون ہے تو میں عرض کروں گا کہ ہر شخص اپنی ہی تحقیق کو مستحکم اور مٹی پر مصدق  
 سمجھتا ہے۔ مجھے بھی اپنی ہی تحقیق پر اعتقاد ہے تاہم میں نے ہر بزرگ اور  
 عامل کے اقوال اس میں جمع کر دیئے ہیں۔ دیکھا دیکھا وہی دینا۔

قاعدہ - جب گھر سے دور دراز سفر کے لئے نکلے تو پہلا قدم گھر سے اس وقت نکالو جب قمری ثمر میں رہا ہو یعنی بایاں تمنا جاری ہو۔ اور جب سفر نزدیک ہے تو شمسی ثمر میں گھر سے قدم نکالو۔ سفر میں کامیابی ہوگی۔ مانع ہو کہ علم النفس میں چار قسم کے سفر مقرر کئے گئے ہیں۔ نزدیک کا سفر۔ دور کا سفر۔ نقصان اور خطرہ سے محفوظ ہونے کا سفر۔ نفع اٹھانے اور مقصد پانے کا سفر۔ ان چاروں سفروں کے لئے جداگانہ قانون ہے۔ جن میں سے دو سفر اول کا بیان مسطور بالا میں کر دیا۔ اب تیسرے سفر کا حال یہ ہے کہ آپ کو کہیں جانا ہے۔ مگر راستہ میں کسی قسم کا خطرہ ہے۔ آپ کا خیال ہے کہ کوئی نفع مقصود نہیں ہے۔ خطرات سے بھرا سفر ہے۔ مثلاً آپ کے حج مبارک کے لئے یا کسی یاترا اور مقام تبرک کی زیارت کے واسطے جانا ہے۔ ظاہر ہے کہ اس سفر سے کوئی دنیوی نفع مقصود نہیں۔ مگر راستے میں ریل۔ جاز۔ اور قطاع الطرق کا خطرہ ہے تو اس قسم کے سفر میں جاتے وقت پہلے گھر میں یہ عمل کر لو۔ خدا یا ہے تو امن و امان سے اپنے گھر واپس آؤ گے وہ عمل یہ ہے کہ پلٹے وقت اگر شمسی ثمر چل رہا ہو۔ تو دہانے ہاتھ کی ہتھیلی تھنے کی طرف کرو (شمسی کی طرف) تاکہ قدرے ہوا لگائے اس ہاتھ کو اپنے تمام جسم پر بٹو۔ اسی طرح پانچ مرتبہ کرو اور دہنا پاؤں اٹھا کر پانچ مرتبہ زمین پر مارو اور خدا کا نام لیکر چل دو۔ حکم خدا امن و امان اور بیمہ و جود خیریت سے گھر واپس آؤ گے۔

اگر قمری یعنی بایاں ثمر چل رہا ہے تو یہ عمل چار مرتبہ کرو۔ عمل میں کوئی فرق نہیں ہے۔ صرف تعداد میں فرق ہے۔ شمسی میں پانچ مرتبہ اور قمری میں چار مرتبہ یہ عمل کرو۔ اور اس سے نفع حاصل کرو۔ ایک قانون یہ بھی یاد رکھو کہ ریل پر۔ موٹر پر۔ گھوڑے پر۔ سائیکل پر غرض کہ کوئی سواری ہو اس پر سوار ہونے وقت ایک

لہذا اس اندر کو کھینچو اور پہلا قدم اس سواری پر رکھ کر سانس باہر نکالو۔ راستہ میں  
 آہن اور آسائش پاؤ گے۔ شمسی اور قمری شہر کی تقسیم حدود اور بعد پر میں ابتداء  
 میں بیان کر آیا ہوں۔ اور آسانی کے واسطے پھر گزارش ہے کہ قمری شہر میں  
 مشرق اور شمال کی طرف سفر کرو۔ اور شمسی شہر میں مغرب اور جنوب کا  
 سفر کرو۔ اس سے سفر میں کامیابی ہوتی ہے۔ اب کوئی وقت ہے کہ آپ کو  
 جاننا ضرور ہے مگر مرفلات ہے تو اس کے واسطے وہ ہی عمل کر لو جسی جیم پر لاکھ  
 پھیرنا اور قدم زمین پر مارنا (اس سے اوپر والے قاعدہ میں یہ ہی بیان ہے)  
 اس عمل سے وہ نحوست دور ہو جاتی ہے جو خلاف شہر میں سفر کرنے سے پیدا ہونیکا  
 احتمال ہے یہ۔

قاعدہ - بعض اہم کچھ صنعت معدہ اور سوء معقم کی شکایت رہتی  
 ہے۔ اشتہا نہیں ہوتی۔ کھانے کے بعد دل بگڑ جاتا ہے۔ تہیج بڑھتی ہے۔ کھانے  
 بعد بعض کی حرکت غیر معمولی تیز ہو جاتی ہے غرضکہ پیٹ کی کوئی تکلیف ہو تو  
 آپ اس قانون پر عمل کریں ایک ہفتہ میں تمام شکایات دور ہو جکی اور کسی  
 قسم کا نفل پیٹ میں نہ ہوگا۔ بھوک کھلے گی۔ آپ بغیر دوا کے حیرت انگیز  
 نتائج اس کے دیکھیں گے۔ (وہ قانون یہ ہے کہ جب شمسی شہر چل رہا ہو تو  
 کھانا کھائے۔ اور کھانا کھا کر پانچ منٹ کے واسطے دائیں کروٹ پر لیٹ  
 ملتے۔ میں اتنے عمل سے سب شکایات دور ہو جکی) جو شخص اس کا التزام  
 کرے کہ کھانا ہمیشہ شمسی شہر میں کھایا کرے اور پانی پیئے اور مشاب کرنے  
 ان دو کاموں کے لئے قمری شہر کی عادت کرے تو اس کی تندرستی ہمیشہ  
 قائم رہتی ہے اور ایسا شخص کبھی بیمار نہیں ہوتا۔ اگر آپ اسی ایک قانون پر  
 عمل کر لیں تو معلوم ہو جائے گا۔ کہ علم النفس کس قدر زبردست اور پر صنعت



علم ہے۔ یہ تو ظاہر ہے کہ تمام قوانین پر عمل کرنا بہت دشوار ہے اور سب قوانین پر عمل نہیں کیا جاسکتا۔ تاہم ان آں گنت قوانین میں سے ایک قانون پر بھی آپ عمل کریں گے تو معلوم ہو جائے گا کہ یہ سب تجربات صحیح ہیں اور علم و حکمت کا بانی ہیں۔ قالی مفسر سیاہ کرنا نہیں ہیں نہ بے وجہ آپ کا وقت خرچ کیا جا رہا ہے نہ بے سبب دماغ پٹایا جا رہا ہے۔ یہ تجربے اور حکمت کے قانون ہیں مگر بظاہر سب ہی چہ کر کتاب پڑھ کر سرمایہ طاق نکردی جائے۔ بلکہ اس کو مطالعہ میں رکھیں اور وقت پر کسی قانون کا تجربہ کریں۔ میں امید کرتا ہوں کہ انشاء اللہ آپ کی زندگی میں ایک مرتبہ اس کتاب کا ایک قانون آپ کو اس قدر فائدہ اور نفع پہنچا دے گا جو بیش برا بلکہ بے بہا ہوگا۔ یا وجودیکر آپ نے اس کتاب کی قیمت بچا ہی معمولی دی ہے۔

بعض اصحاب کو باری کا بخار یا لرزہ آتا ہے اور اس کا ایک وقت معین ہوتا ہے۔ جن زمانے میں علم النفس سے مجھے وقتیت نہ تھی تو میں حیران تھا کہ لرزہ وقت معینہ پر آتا ہے یا در دہر کی شکایت وقت معینہ پر ہوتی ہے۔ یا بخار کی شدت وقت مقررہ پر ہوتی ہے۔ بعض لوگوں کو دراز غرضہ تک بخار کی آتی ہے۔ بعض کو چوتھا چوتھے دن لرزہ آنے کو چوتھا اور تیسرے دن آنے کو بخار کی کہتے ہیں، لیکن اس کا وقت ایسا معین ہوتا ہے کہ بغیر اس کا فرق نہیں ہوتا۔ مجھے تعجب ہوتا تھا کہ آخر یہ کوئی ذی حس بیمار ہی ہے یا اس کے پاس گھڑی ہے کہ جان وہ وقت معینہ آیا اور یہ سوا رہا۔ اس یقین وقت کی کیا وجہ ہے۔ آخر علم النفس کے مطالعہ سے یہ شاہد مل ہو گیا کہ ان مرضوں کا تعلق علم النفس اور سیارگان سے ہے۔ جب اس سے منسوبہ گردش پر متاثرہ آتا ہے اور ماسخ ملتی ہے اس وقت اس مرض کا دورہ ہوتا ہے۔ اس کا آپ بھی امتحان

کہیں کہ جب اس قسم کے امراض کا دورہ ہوگا تو ایک ہی ستر میں ہوگا۔ شمس میں  
 یا قمری میں۔ ایسا ہرگز نہیں ہو سکتا کہ کبھی دورہ شمس ستر میں پڑے۔ کبھی قمری  
 ستر میں۔ اور جب ستر تبدیل ہوتا ہے۔ دورہ میں بھی تخفیف ہوتی ہے۔  
 مرگی کا دورہ خود علم النفس سے منسوب ہے۔ نفس متناوبہ میں ایک وقت ایسا  
 آتا ہے کہ بیک نار نے کی مدت کے لئے دل کی حرکت بند ہو جاتی ہے۔ اور  
 دل کی حرکت بند ہوئی اور آدمی بیہوش ہو کر گرے۔ اس کا نام مرگی ہے۔ جسے  
 دل کی حرکت بند ہونا میں اس کا طریقہ علاج بتاتا ہوں جو صاحب اسرار عمل  
 کریں گے وہ بے دوا کے محبت پائیں گے۔ بالکل معمولی علاج ہے۔ پہلے اس کی  
 تحقیق کر لے کہ کس ستر میں دورہ آتا ہے (مرگی سے یہاں بحث نہیں۔ صرف  
 تپ۔ لرزہ۔ اور درد ستر میں بیماریوں کے لئے یہ علاج ہے) جب یہ تحقیق  
 ہو جائے کہ فلاں ستر میں دورہ پڑتا ہے تو دورہ سے چند روز منٹ پہلے اس  
 ستر کو بند کر دو کہ وہ چلنے ہی نہ پائے۔ دو تین دفعہ کی مشق میں دورہ موقوف  
 ہوگا۔ مثلاً آپ کو تحقیق ہوا کہ شمس ستر میں دورہ آتا ہے تو یقیناً پہلے قمری ستر چل  
 رہا ہوگا۔ جب شمس تبدیل ہوگا تو فوراً دورہ پڑے گا۔ آپ چند روز منٹ  
 پہلے یہ انتظام کر لیں کہ دایئہ تنفس کو روٹی سے بند کر دیں یا ائیں تنفس سے  
 سانس لیتے رہیں۔ آپ دیکھیں گے کہ پہلے ہی دن دیر نہ ہو کر ورا یا۔ اور  
 دو تین مرتبہ میں عمل کرنے سے بالکل موقوف ہوگا (آپ کے خیال میں یہ  
 اعتراض پیدا ہوگا کہ جب ہم نے اس منبع اور مطلع کو بند ہی کر دیا تو پھر سبک  
 اور ہلکا بھی کیوں آیا۔ اس کو پہلے دن ہی نہ آنا چاہئے۔ میرا اعتراض یا دی نظر  
 میں وزنی اور قابل قبول ہے۔ لیکن آپ برابر پڑھتے آرہے ہیں کہ سیارگان  
 نفس کا تعلق ہے۔ شمس۔ قمری ستر نام ہی چاند اور سورج کا ہے۔ یعنی سانس

اور ستارے و ذرات کی حرکت کرتے ہیں۔ آپ نے دوا سیالوں میں سے ایک کو بند  
 کر دیا لیکن شمس یا ثمر کی رفتار کو بند نہیں کر سکتے۔ اس لئے ایک سبب باقی رہ جاتا  
 ہے لیکن ایک باہر ٹوٹ جانے کا یہ اثر پہلے دن ہی ہو گا کہ دورہ کمزور ہو گا  
 دو تین مرتبہ بالکل جاتا رہے گا۔ کیونکہ تنہا ستارے کی قوت کچھ نہیں کر سکتی  
 یہاں ایک اعتراض بہت ہی وزنی اور پیدا ہوتا ہے اور میں امید کرتا  
 ہوں کہ اس کا جواب آج تک کسی کتاب میں آپ نے نہ دیکھا ہو گا۔ سوال یہ ہے کہ  
 شمس تو ہر دو گھنٹہ کے بعد تبدیل ہوتی ہے۔ اور سیارگان بھی ہر وقت آسمان پر  
 موجود ہیں۔ پھر دورے کا وقت دوسرے تیسرے چوتھے دن کیوں۔ اگر  
 شمسی سر میں دورہ پڑتا ہے تو ہر دو گھنٹہ کے بعد شمسی سر چلتا ہے۔ اسی طرح  
 قمری بھی۔ اس کا جواب یہ ہے کہ امراض کا تعلق اخلاط سے بھی ہوتا ہے یعنی سودا  
 صفرا۔ بلغم۔ خون۔ اسی طرح چاند اور سورج کی شعاعوں سے بھی۔ ان  
 ارکانِ ثلاثہ کا اجتماع اس دورے کا سبب ہوتا ہے۔ اگر ایک رکن بھی  
 خارج ہے تو دورہ کا زور کم ہو گا اور یا بالکل نہ ہو گا۔ اور جب دورہ کی  
 ابتداء ہوتی ہے تو چند اسباب کے اجتماع سے ہوتی ہے۔ اگر روزانہ کے  
 اسباب جمع ہوئے تھے تو روزانہ اور تجارتی کے اسباب جمع ہوئے تھے تو  
 تجارتی شروع ہوئی تھی (و جس علی حد) پس جن اسباب کے اجتماع نے پہلا  
 دورہ پیدا کیا تھا۔ جب وہ اسباب جمع ہوتے ہیں دورہ پڑ جاتا ہے ان  
 ارکانِ ثلاثہ کا دفعہ بھی علیحدہ علیحدہ ہے۔ غلط کی اصلاح دوا سے ہوتی ہے  
 حکیم اس غلط کو دور کرنے کی دوا دیتا ہے جس سے غلط کی اصلاح ہو جاتی  
 ہے اور وہ قوت ہو جاتا ہے۔ کیونکہ ارکانِ ثلاثہ میں سے ایک رکن ٹوٹ گیا  
 اگر دوا نہیں ہے تو پھر آپ نفس کی اصلاح کر لیں۔ اس طرح بھی ایک رکن

ثابت کیا اور دورہ موقوف ہو گیا۔ ان ارکانِ ثلاثہ میں سے مزاج کو کون ہے یہ علم  
 انسانی علم سے باہر ہے۔ یہ شناخت مذکورے عالمِ الغیب اور حکیم مطلق کو ہی ہے۔  
 دنیا میں کوئی شخص اس کو نہیں جانتا کہ ارکانِ ثلاثہ میں سے کون کون ہے  
 اور اس لاعلمی کا نتیجہ ہے کہ بعض امراض میں دوا سے بطن فائدہ ہو جاتا ہے۔  
 جس سے معلوم ہوا کہ اس مرض میں بنیادی رکن خلط تھا۔ جب خلط کی  
 اصلاح ہو گئی مرض جاتا رہا۔ لیکن بعض مرتبہ علاج کرنے کے لئے قلعہ باد  
 اور دوا پیتے پیتے پریشان ہو جاؤ۔ مگر مرض ہلنے کا نام نہیں لیتا۔ لیکن کوئی  
 تعویذ۔ نقش یا منتر خیر کام دے جاتا ہے اور صحت ہو جاتی ہے اس کے  
 یہ معنی ہیں کہ رکن بنیادی اثر سیارگان تھا۔ مذکورے کلام کی برکت سے  
 وہ اثر مفقود ہو گیا اور صحت ہو گئی۔ یعنی اس اشارے کا وہ مخالف اثر جو اس  
 بیماری کا جرحہ تھا۔ تبدیل ہو گیا۔ اور شفا ہو گئی ہے۔

کبھی عل۔ تعویذ۔ نقش بھی کام نہیں دیتا۔ جس سے معلوم ہوا کہ سیارگان کا  
 اثر بنیادی نہیں تھا۔ چونکہ اخلاط کے اثر مختلف ہیں۔ اور اس طرح یا رنگ  
 کے اثر بھی مختلف ہیں۔ لہذا انسان میں مختلف قسم کی بیماریاں پیدا  
 ہوتی ہیں۔ اگر یہ اخلاط مختلف نہ ہوتے تو انسان میں ایک ہی قسم کی  
 بیماری پیدا ہوتی۔ لیکن یہ تمام رموز اور اسرار قدرت کے ہیں  
 انسانی قوت نے جہاں تک یرداز کی دس نے تحقیق کے کوچوں میں  
 واقعات کا کھوج لگایا اور بعض سطحی واقعات معلوم ہو گئے حقیقت  
 کا رمانع مطلق ہی کو معلوم ہے۔

یہی وجہ ہے کہ انسان کا کوئی کام فیصدی نہیں ہے بلکہ کبھی ہو جاتا ہے  
 اور کبھی نہیں ہوتا۔ چونکہ دیدہ حقیقت رہ افسانہ زد نہ۔

قاعدہ۔ اگر کسی شخص کے خون میں فساد ہو۔ خون میں مدت پیدا ہو گئی۔ بدن میں پھوڑے پھینیاں نکلتی ہوں۔ غرضیکہ ان تمام امراض میں جو فساد خون اور خون کے دیگر واردات سے متعلق ہیں تو طب نفسی سے آپ کی سب سے شفا حاصل کر سکیں گے۔ طب نفسی کچھ دیر میں تو اثر دکھائے گا۔ اس لئے کہ آپ طب نفسی کے قوانین پر عمل پیرا حاصل نہیں کر سکتے ہیں۔ تاہم اس کا اثر تازہ زندگی دیر پار ہے گا۔ یعنی علاج ادویات میں مرض دوبارہ عود کر آتا ہے (صحت کے بعد) لیکن طب نفسی سے جو صحت اور فائدہ حاصل کیا جائے وہ ایسا تغیر ہوتا ہے کہ پھر وہ مرض عود نہیں کرنا جب فساد خون ہو تو آپ صبح و شام دونوں وقت ۱۵ منٹ ۳۰ منٹ تک پندرہ دن برابر یہ عمل کرو کسی کھلی ہوئی جگہ یا اونچی جگہ کھڑے ہو کر اپنی زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ میں جادو اور منہ بند کر لو۔ اور خوب لمبی سانس لو اور جقدر ممکن ہو سکے سانس کو بند کئے رہو۔ اب زبان کی نوک اوپر کے دانتوں کی جڑ سے اٹھا کر نیچے دانتوں کی جڑ میں جادو اور خوب تیزی کے ساتھ لمبی سانس باہر نکال دو۔ یہ عمل برابر کم سے کم پندرہ منٹ اور زیادہ سے زیادہ ۳۰ منٹ تک کرتے رہو (صبح و شام) خون کی تمام خرابیاں بے کسی علاج کے دور ہو گئی (کثرت مزاجیت و بد اوکیت سے کوڑھ اور جذام میا خطرناک اور غیر العلاج مرض بھی دور ہو جاتا ہے۔ تجربہ کرو۔ اور اس قدر رتی علاج سے فائدہ آٹھوا۔ اگر آپ قوانین طب نفسی پر عمل کریں گے تو معلوم ہو گا کہ ادویات سے کئی حصہ زیادہ اثر طب نفسی میں ہے اور لطف یہ ہے کہ طب نفسی سے جو فائدہ حاصل کیا جائے وہ کامل اور دیر پا ہوتا ہے۔

دراستہ چلنے یا کوئی سخت کام کرنے سے بدن میں تھکاوٹ محسوس ہوتی ہو بدن میں درد ہو۔ تشنہ اور اعضاء شکنجہ پدید آئے کسی خلاف طبع بات پر عصہ آجائے

یا کسی وجہ سے کوئی نشہ آور شے کھائی ہے جس کا نشہ دل کو خراب کئے دیتا ہے بعض  
 وقت دایہ ہوتا ہے کہ پیاس کی شدت بے چین کر دیتی ہے۔ سٹلاں پر گھاس پانی  
 پئے جانے لگے مگر پیاس کی شدت کم نہیں ہوتی۔ یا زکام کے سبب سے یا کسی اور وجہ سے  
 بخار آ گیا ہو تو اس قسم کے تمام امراض میں آپ اب کریں کہ قمری سر چلتا رکھیں شمس  
 سر چلنے ہی نہ دیں۔ جب شمس سر چلنے لگے فوراً بند کر لیں (سائنس حسب نشاء کھولنے  
 اور بند کرنے کی ترکیب صفحات سابقہ میں بیان کی جا چکی ہے) چند گھنٹے میں یہ  
 ترکیب قمری اثر دگھاتی ہے۔ بخار آ رہا ہے اور پیاس کی شدت کم ہو جاتی ہے  
 ٹوہٹے۔ ایک تجربہ کریں اسکو بالکل صبح پائیں گے (پیاس کی خواہش اور  
 شدت ہمیشہ شمس سر میں پیدا ہوتی ہے۔ قمری سر میں بھوکا اندھا شہتا پیدا ہوگی)  
 اور شمس سر میں تشنگی پیدا ہوگی۔ اسی لئے جب کالرا (سہینہ) کا دورہ ہوگا۔ یا  
 پیٹ میں درد ہوگا یا پانچھ میں خرابی ہوگی۔ یا ناف میں درد ہوگا یا اعتدل میں  
 خراش ہوگی۔ یا آنت آخری ہوگی۔ ضعف معدہ اور سردی مہم کی شکایت ہوگی  
 تو اس قسم کی تمام شکایات قمری سر میں پیدا ہوتی ہیں شمس سر میں ان کا زور کم ہوتا ہے  
 ان میں سے ہر ایک کا مفصل بیان تو بہت ہی طویل ہوگا۔ میں دو طریقے بیان  
 کرتا ہوں اس طریق پر دوسرے تمام علاج ہو سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کو آنت  
 اترنے کا مرض ہو جاتا ہے۔ اس کے لئے میٹھی لکائی جاتی ہے جس سے آنت کا  
 اترنا رک جاتا ہے۔ اگر آپ امتحان کریں گے تو معلوم ہو جائیگا کہ آنت ہمیشہ  
 قمری سر میں اترے گی۔ جب مرض کی شدت ہو جاتی ہے تو پھر شمس قمری سر میں  
 تفاوت نہیں رہتا مگر اس مرض کی بنیاد قمری سر میں ہی پڑتی ہے۔ اور قمری سر  
 میں ہی زور دیتی ہے (اس کے لئے آپ زیادہ تر شمس سر چلتا رکھیں۔ تو مرض  
 میں بہت تخفیف رہتی ہے) آپ کہیں گے کہ ہمیشہ شمس سر چلتا رکھنا ایک

شکل کا ہے۔ دنیا میں ہر آدمی کوئی نہ کوئی کام ضرور کرتا ہے تو کام کی حالت میں سر کا تبدیل کرنا خود ایک تکلیف والا لائق ہے۔ اس کے لئے میں انسان ترکیب کرتا ہوں کہ آپ پہلے تو یقین کر لیں کہ کتنے کس سر میں زیادہ آترتی ہے جس وقت آنت سے اتنی وقت دیکھ لیں کہ کن سائرس عمل رہا ہے۔ آپ کہیں گے کہ پہلے آپ نے خود ہی بتایا کہ آنت قمری سر میں ہی آترتی ہے تو بعد تلاش شخص کی کیا ضرورت ہے۔ میں عرض کروں گا کہ اس طرح وقت کے امراض قمری سر سے ہی متعلق ہوتے ہیں۔ مگر جب فرض شدید اور کمزور ہو جاتا ہے تو پھر وہ ہر وقت رہتا ہے مگر نفس کا پابند نہیں ہوتا جس جس سر میں آنت آترتی ہو اس شخص میں روئی ٹکھوس کر اسے چلتے ہی نہیں بس اس شخص کے بند ہو جانے پر آنت کا آترنا موقوف ہو گا۔

علاج دوم۔ جب کھانا سہضم نہ ہوتا ہو۔ معدہ کمزور ہو گیا ہو تو کھانا شبنمی سر میں کھائے۔ وہ کھانا سہضم ہو گا اور معدہ کا فضل درست ہو جائے گا اگر اتفاق سے پیٹ میں نفخ ہو گیا ہے۔ کھانا سہضم نہیں ہوا۔ کھٹی دھاریں آ رہی ہیں تو بائیں کروٹ پر لیٹ جاؤ۔ اور قمری سر کو روئی سے بند کر کے شبنمی سر کو چلاؤ اور زور زور سے سانس لو۔ ۱۵۔ ۲۰ منٹ میں نفخ جاتا رہیگا اور ہاضمہ درست ہو کر تکلیف جاتی رہے گی۔

قاعدہ ۵۔ اس کلیہ سے کسی کو انکار نہیں کہ انسان ایک دل یقینی ہر جگہ کا۔ اور مذہب کی تعلیم یہ ہے کہ جب موت کا وقت آتا ہے تو کوئی طاقت اس وقت کو کھٹا بڑھا نہیں سکتی۔ لیکن یہ تحقیق نہ ہو سکا کہ قدرت کا معین کدودہ وقت کب آئے گا لیکن مکملے مستشرقین نے جس دم کی مشق کی تو انکی زندگی طویل ہو گئی اس سے (معلوم ہوتا ہے) کہ قدرت نے انسانی زندگی کا دار و مدار سانسوں کی شمار پر رکھا ہے۔ جب وہ شمار ختم ہو جاتا ہے انسان مر جاتا ہے۔ تجربہ شاہد ہے کہ اگر انسان

صبح سے شام تک قمری سُر چلایا کرے (یعنی داہنے پیچھے کو روٹی سے بالکل بند کر دیا کرے) اسی طرح غروب آفتاب سے لیکر طلوع تک شمسی سُر چلایا کرے اور داہنے پیچھے کو روٹی سے بند کر دیا کرے (دون بھر قمری سُر چلایا کرے اور رات بھر شمسی) تو ایسے شخص کی عمر بہت زیادہ ہوتی ہے۔ اور ساتھ ہی صحت اور تندرستی بھی قائم رہتی ہے۔ بعض راتوں میں یکایک تیند نہیں آتی۔ تو تجربہ کر لیں اس وقت سانس قاعدہ سے جابجائی ہوگی یعنی شمسی سُر چل رہا ہوگا۔ شمسی سُر بند کر کے قمری سُر چلا دیں فوراً تیند آجائے گی۔

نوٹ :- ابھی میں نے اس سے اوپر والے قاعدہ میں بیان کیا ہے کہ رات میں شمسی سُر چلاؤ۔ اور دن میں قمری اور اب یہ بتایا کہ رات میں شمسی سُر بچانی پیدا کرتا ہے۔ اس کے متعلق گزارش ہے کہ یہ ایک غیر مستقل ٹونک ہے اور قدرتی رفتار کے ماتحت ہے اور یہ ان اصحاب کے واسطے ہے جو قاعدہ اول کے مشق نہیں کر رہے ہیں جو اصحاب قاعدہ اول کے مشق کر رہے ہوں ان کے لئے یہ ضروری نہیں اور نہ ان کو اس قسم کے عوارضات اور ملاحول کی ضرورت رہتی ہے۔ آپ ایسی جگہیں جہاں بیرونی ہوا مطلق نہ ہو۔ روٹی کو بچو رکھو (پریشان کر کے) تو مینا کر، تھرڈی سی اپنے سامنے رکھیں اور خود پیچھے سے سانس لیں تھارے ناک کے پیچھے کی ہوا سے روٹی اڑے گی۔ یعنی اس میں وہ حرکت پیدا ہوگی جو ہوا لگنے سے پیدا ہوتی ہے۔ سانس زور سے نہ لو۔ بلکہ معمولی طریق پر لو۔ جس طرح لیتے ہو۔ اس طرح تم پیمائش کر سکتے کہ تھارے سانس کتنی لمبی ہے۔ سانس کی لمبائی بارہ انگل تک ماہرین نے اوسط رکھی ہے۔ اگر ۱۰ یا ۱۱ انگل پر سانس کی ہوا جاتی ہے تو ایسا شخص نہایت تندرست ہے اور اس کے تمام قوسے بہترین حالت میں ہیں اس کی عمر بھی زیادہ ہوگی اور کوئی بیماری



اس کو نہیں ہے۔ اگر سانس کی لمبائی ۱۶-۱۸-۲۰- انگل تک جاتی ہے تو سمجھو کہ یہ شخص کسی مرض میں مبتلا ہے اور کہ اس کی قوت روز بروز زائل ہوتی جا رہی ہے۔ اگر تپ و دق کے مرقع کی آپ لفظیں کریں تو بہت آسانی سے آپ معلوم کر سکیں گے کہ اس کی قوت زائل ہو رہی ہے۔ اگر ایک ہفتہ میں سانس کی لمبائی مثلاً ۱۴-۱۵ انگل بنتی تو دوسرے ہفتہ میں ۱۸-۱۹ انگل ہو جائیگی یعنی جقدر ضعف بڑھتا جائیگا۔ سانس کی لمبائی بھی بڑھتی جائے گی۔ جب سانس کی لمبائی ۲۰-۱ انگل تک پہنچ جائے تو یہ انتہائے ضعف کی علامت ہے اور سمجھ لو کہ ایسے مرضی کا چراغ زندگی جلد گل ہو گیا ہے۔ اگر سانس آٹھ انگل جاتی ہے تو سمجھ لو کہ یہ شخص نہایت تندرست اور قوی ہے اگر کوئی شخص کوشش کر کے اپنی سانس کی رفتار چھ انگل تک کر لے تو اب شخص اپنی عمر سیکھ دے۔ یہ بڑھا سکتا ہے۔ علم النفس کے مطالعہ سے معلوم ہوا ہے کہ بعض حکماء نے اپنی سانس کی لمبائی چار انگل تک کی تھی۔ اور اس طرح ان کی عمر بہت زیادہ لمبی ہوئی۔ یہ واضح رہے کہ قبض بہر حال کم ہی رہتا ہے (قبض سانس اندر کو لھینا) یہ تو وہ نگہداشت ہے جس پر وہ ہی اصحاب عمل کر سکتے ہیں جو دنیا و مافیہا رشتہ تعلق توڑ چکے ہیں۔ ہم خود جو از سر تا پا شمع اندر دیوی شخص میں تکلیف ملا لیا تو کیجئے رہتے ہیں۔ اطمینان قلب اور آسائش کی چند سائنس بھی لینا ہمارے لئے سوا ان روح بلکہ ذرات سے ہیں۔ ہم کہاں ان قوانین و اسباق پر عمل کر سکتے ہیں۔ بعض اصحاب کہیں گے کہ یہ گونہ نشینوں اور زاویہ گزینیوں کے کام کی باتیں ہیں۔ ہم پابند علان اور امیر غلامی کہاں عمل کر سکتے ہیں۔ اور شاید بعض یہ بھی خیال کریں کہ اس قسم کی باتیں زوالات بلکہ فقہ و لیات سے ہیں۔ یہاں ضروری کام نہیں ہوتے۔ پھر ان تماشوں میں

وقت ضائع کرنے کی ذمیت کہاں۔ میں عرض کروں گا کہ ہر آدمی علم النفس تمام علوم کی بنیاد ہے۔ اگر آپ اس کے بعض سادے قوانین پر ہی عمل کر لیں تو پھر دوسرے شعبے کی ضرورت ہی نہیں رہتی۔ میں نے تمام قواعد فرداً فرداً بیان کر دیئے ہیں اور چونکہ اس کتاب کا تعلق عوام سے ہے۔ اس لئے عبارت بھی بلاوجہ فانی ہے۔ میں نے صدقاً عبارت کو بلیغ جملوں اور عربی فارسی کی دشوار تر کلمات سے بچایا ہے۔ کتب کو اس کتاب میں چند در چند طبی قواعد ملیں گے اگر آپ ضرورت کے وقت اس کے متعلقہ قاعدے پر عمل کریں گے تو پھر کسی دوسری ترکیب اور تدبیر پر عمل کرنے کی ضرورت ہی نہ ہوگی۔ مثلاً آپ کے خون میں حدت بڑھ گئی ہے۔ آپ کے پیٹ میں یا ستر میں درد ہے اس کے لئے آپ طب اور ادویات کے محتاج نہ ہوں گے بلکہ اس کے متعلقہ قاعدہ پر عمل کر کے صحت حاصل کر سکیں گے۔

۶ قاعدہ۔ یہ قانون گذشتہ اسباق اور اوراق میں بیان کر دیا گیا ہے کہ ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ کو سوچ نکلنے کے وقت ہمیشہ قمری یعنی بایان تختہ چلتا ہے اور ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲ کو ہمیشہ طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی دایاں شتر چلتا ہے۔ اور ہر دو گھنٹہ کے بعد قمری سے شمسی میں اور شمسی سے قمری میں تبدیلی ہوتا رہتا ہے اور یہ ترتیب قانون قدرت کے مطابق ہے۔ جب اس ترتیب میں فرق آجائے تو وہ کسی انقلاب کا پیش خیمہ ہوتا ہے (خواہ شتر کا مقام تبدیل ہو جائے یا نہت میں کمی بیشی ہو جائے) اور یہ سابقہ اوراق میں تفصیل کے ساتھ بیان کر دیئے۔ اب اگر کسی شخص کا دایاں تختہ برابر ۱-۲-۳-۴-۵-۶-۷-۸-۹-۱۰-۱۱-۱۲-۱۳-۱۴-۱۵ کو چلتا رہے اور قمری میں تبدیلی ہی نہ ہو تو ایسے شخص کی زندگی پندرہ اور تیس دن کے اندر

باقی ہے۔ اس درمیان میں اس کو مر جانا چاہئے۔ یہ یکسانیت موت کا ایلازم ہے  
موت یا ناگہانی طریق پر ہو یا کسی مرض سے متعلق ہو۔ لیکن موت آنیوالی ہے  
اور منہل الفاظ میں اس طرح سمجھ لیجئے کہ جس شخص کا قری شہر بند ہو جائے اور شمس  
ہی جلنا شروع ہو جائے تو ایسے شخص کی موت بالکل قریب ہے یعنی پندرہ اور  
تیس کے درمیان میں ایسا شخص مر جانا چاہئے۔

(اگر کسی شخص کا ایسا یعنی قری شہر جلنا شروع ہو جائے اور شمس قطعی بند ہو جائے  
تو یہ اعلان ہے قدرت کی طرف سے کہ کوئی بری مصیبت اور بڑا انقلاب آنیوالا  
ہے۔ جس سے طوف زندگی ختم ہو جائیگا۔ بلکہ پندرہ دن تو موت کا اعلان ہے  
اگر کسی دن ۱۲ گھنٹہ برابر ایک ہی شہر چلتا ہے تو یہ مصیبت اور تکلیف کا  
اعلان ہے۔ اور ملاحظہ یہ ہے کہ جب سالس کی قدرتی ترتیب میں فرق آجاتا  
ہے کوئی نہ کوئی واقعہ اور سانحہ پیش آتا ہے۔ قدرت نے دنیا کا ایک قانون بنایا  
ہے۔ دنیا بے کسی قانون کے نہیں چل رہی ہے۔ دنیا کا ہر کام ایک خاص نظام کے  
ماتحت ہو رہا ہے۔ اس قدر ہی نظام کو بعض اہل ہنیش و دانش نے پایا ہے۔  
یہ بھی یاد رکھو کہ قدرت اور فطرت بخیل اور تنگدل نہیں ہے جو اس کو پانے اور  
سمجھنے کی کوشش کرتا ہے وہ پالیتا اور سمجھ لیتا ہے اور ان ہی راز کے پانچالوں  
ان حکمت اور رموز کا انکشاف کیا ہے (اگر کسی شخص کا نفس مساوی ہنست  
دیر تک چلتا رہے تو یہ علامت ہے کہ صبح و شام انقلاب آنیوالا ہے۔ اگر دو گھنٹہ  
برابر نفس قبلہ پہلے تو یہ غریب موت کا پیام آنیوالا ہے۔)

قاعدہ سوا صاحب رمل نجوم۔ جس سے سوالوں کے جواب دیا کرتے ہیں  
اگر علم النفس سے دیا کریں تو جواب بہت صحیح ہوتا ہے۔ اور آپ اس کا امتحان  
اور آزمائش کر سکتے تو معلوم ہوگا کہ علم النفس کو تمام علوم مردہ پر فوقیت حاصل ہے

اور میں آسان عبارت میں وہ تمام طریق بیان کروں گا جو سوال جواب کے واسطے مستند اور معتبر اور ساتھ ہی کافی ہوں۔ علم النفس کے عامل پر لازم ہے کہ اپنی نشست ایسے موقع پر کرے کہ جہاں اس کے پاس چاروں طرف سے آدمی آسکتے ہوں اور ہر چار سمت سے کوئی راستہ بند نہ ہو۔ ہر طرف سے آدمی آسکے لیکن مکافوں اور شہروں میں ایسی جگہ مشکل ہے تو کم از کم اس قدر ضرور کرے کہ اپنے دائرے اور بائیں دونوں طرف عوام کے بیٹھنے کی جگہ بنائے اور اب درمیان میں ہے پہلا قاعدہ جو بالکل ملحوظ رہا ہے وہ یہ ہے کہ سوال کرنے والا اگر کھلے سڑکی طرف سے آیا ہے یا کھلے سڑکی طرف آکر بیٹھا ہے تو اس کا جواب اس کے حق میں ہے۔ اگر مخالف سڑکی طرف سے آیا ہے یا بیٹھا ہے تو نتیجہ مخالف ہے مثلاً آپ کا دایاں سڑکیل رہا ہے اور ایک شخص دایاں طرف سے ہی آیا اور دایاں طرف بیٹھا تو یہ اشارہ ہے کہ سائل کا جو مقصد ہے حاصل ہوگا۔ آپ کے کلف اسکو کامیابی کی بشارت دیدیں۔ اسمیں فہمی اور شمسی سڑکی بحث نہیں ہے اگرچہ اس میں سوال کرنے والے کے نفس سے بھی بحث کی جاسکتی ہے مگر اس میں ذہنی دشواری ہے کہ ہر آئیو الے سے اور سوال کر نیوالے سے دریافت کیا جائے کہ کون سا سڑکیل رہا ہے۔ اس لئے عامل اپنے سر کا دھیان رکھے لیکن اگر کوئی موقع ہے اور سائل کے سڑکو بھی دیکھا جاسکتا ہے تو معلوم کر لو۔ اگر سائل اور عامل دونوں کا سڑ موافق ہے۔ اور اسی حصہ سڑ کی طرف سائل آیا ہے تو کامیابی میں کوئی شبہ نہیں۔ و لوق سے کہہ دو کہ کامیابی ہے۔ گذشتہ اور اراق میں میں نے چند کاموں کی تفصیل دی ہے یعنی دیکھ کے کام نفوس ملتہ پر میں نے تقسیم کر دیے ہیں۔ چونکہ وہ ہیں۔ ایک شخص نے آکر سوال کیا۔ ایک کیس کہ اس کا سوال کس سڑ سے متعلق ہے۔ میں اگر موافق سڑکیل رہا ہے تو کامیابی ہے

اگر مخالف تر میل رہا ہے تو کامیابی میں شبہ ہے۔

قاعدہ - ایک خاص قاعدہ جواب حاصل کرنے کا بتاتا ہوں - اس کا تعلق علم نفس سے بالکل نہیں - تاہم افادہ ناظرین کے واسطے لکھے دیتا ہوں - اگر دخل و معقولات تو ہے - مگر کام کی بات ہے - مسائل کا سوال مختصر فقرہوں میں تحریر کرو - پھر اس کے حرف گنو - جو حرف شمار میں آئیں ان کو اس دن کی تاریخ پریش کرو - اگر سوال کے حرف زیادہ ہیں تو کامیابی کی دلیل ہے اگر تاریخ کے عدد زیادہ ہیں تو کامیابی میں شبہ ہے - اگر برابر ہیں تو کامیابی ہوگی مگر یہ میں - مثلاً ۲۱ فردری کو ایک شخص نے سوال کیا کہ سفر کروں نہ کروں - سوال کے حرف ۱۴ ہیں اور تاریخ ۱۱ ہے - چونکہ تاریخ کے عدد زیادہ ہیں اس لئے بقاعدہ علم سفر کی اجازت نہ دیں - نفع کی امید نہیں - اگر یہی سوال ۸ - ۷ وغیرہ کی تاریخ میں کیا ہے تو قاعدہ علم سفر کی اجازت دیں اور کامیابی لگائی پیشینگوئی کر دیں اگر سوال کے لکھنے میں طوالت ہے تو مسائل کے نام کے حروف بھی اسی قاعدے سے جواب دے سکتے ہیں - اس میں والدہ کے نام کی ضرورت نہیں - صرف مسائل کا نام دریافت کر کے نام کے حروف گن لو اور دن کی تاریخ سے ملان کرو - اگر نام کے حروف زیادہ ہیں تو کامیابی - اگر تاریخ کی تعداد زیادہ ہے تو ناکامی ہے - اسی ضمن میں ایک قاعدہ جفر کا بھی بیان کرتا ہوں - ایک عامل سے حاصل ہوا ہے - اور تجربہ سے مفید ثابت ہوا ہے - مسائل کا نام - سوال کے حروف اور اس وقت جو شمارے کی ساحت ہو اس شمارے کے حروف ان ہر سہ کے حروف شمار کر کے اس دن کی تاریخ پر تقسیم کرو - اگر باقی وہ عدد بچے جس کا نصف کامل ہو سکتا ہے - جیسے ۲ - ۴ - ۶ - ۸ تو کامیابی ہوگی - اگر باقی عدد وہ ہو جس کا نصف ناقص ہو جیسے ۳ - ۵ - ۷ تو کامیابی

میں شبہ ہے۔ اگر کامل تقسیم ہو جائے اور کچھ بچے تو کامیابی ہوگی مگر دیر ہے۔  
**قاعدہ :-** سانس ہر وقت جلتی رہتی ہے اور اس کے دو ہی مقام ہیں اندر کو  
 کھینچنا۔ باہر کو کھلنا۔ خوب غور کرتے رہو۔ جس وقت سانس نے سوال شروع کیا اگر  
 آغاز اس وقت ہو واجب عامل کی سانس اندر کو کھینچ رہی تھی تو ناکامی ہے اگر سانس  
 آغاز اس وقت ہو واجب سانس باہر کو نکل رہی تھی۔ تو کامیابی کی دلیل ہے۔

8 **قاعدہ :-** سانس کا سوال اور نام اور اس دن کا نام ہر سانس کے حروف  
 شمار کرو اور دیکھو کہ حروف طاق ہیں یا جفت۔ ۱۔ اپنے سانس کی تحقیق کرو  
 کہ کون سا سانس چل رہا ہے۔ اگر حروف طاق ہیں اور شمسی سانس چل رہا ہے۔ تو  
 کامیابی ہے۔ اگر حروف جفت ہیں اور قمری سانس چل رہا ہے تو بھی کامیابی  
 ہے۔ اگر اس کے برعکس ہے یعنی حروف طاق ہیں مگر قمری چل رہا ہے۔  
 یا حروف جفت ہیں مگر شمسی چل رہا ہے تو نتیجہ بھی برعکس ہوگا۔ اگر دو  
 نمٹنوں سے سانس باہر چل رہی ہو تو کامیابی دیر میں ہوگی۔

نوٹ :- گذشتہ اوراق میں جو تقسیم کار کی گئی ہے وہ ایک مستند اور  
 تحقیق شدہ تقسیم ہے۔ بعض اصحاب ایک کاغذ پر تمام تفصیل لکھ کر رکھ لیتے ہیں  
 یعنی شمسی سانس سے کون کون سے کام متعلق ہیں۔ اور قمری سانس سے کون کون سے متعلق  
 ہیں۔ اور نفس متاد یہ سے کون کون سے متعلق ہیں۔ پس جب سوال کیا جائے  
 تو پہلے یہ معلوم کرو کہ تمہارا کون سا سانس چل رہا ہے اگر سانس متوافق چل رہا ہے تو دھڑک  
 کامیابی کی پیشنگونی کرو۔ اگر خلاف سانس چل رہا ہے تو ناکامی اور نفی میں جواہر  
 9 **قاعدہ :-** ایک معمول ہے کہ آدمی کسی کام میں جب سوچتا اور فکر کرتا  
 ہے تو غور نامرینچے کو ہوتا ہے (گردن نیچے کو ڈال لیتا ہے) کسی کام میں نکلنا اور  
 سوچنے کی خاص علامت یہ ہی ہے کہ آدمی سر جھکا کر سوچتا اور فکر کرتا ہے

اودھایا بھی ہوتا ہے کہ سوچتے سوچتے گردن اٹھ کر اوپر کو بھی دیکھنے لگتا ہے۔ کبھی داہنے  
 بائیں بھی دیکھنے لگتا ہے۔ اگر آپ تجربہ کریں اور سوچنے والے کی حرکات و سکنات کا  
 بخور مطالعہ کرتے رہیں تو اس سے اس کام کے انجام کا نتیجہ نکل آتا ہے۔ کیونکہ  
 اس وقت کی ہر حرکت ماضی پر ہی ہے۔ اختیاری نہیں ہے۔ کیونکہ سوال کو جواب  
 تو عامل یا عامل ہے ہی نہیں اور نہ اسے یہ معلوم ہے کہ میری کوئی حرکت کس  
 نتیجے سے متعلق ہے یا کوئی میری حرکت کا مطالعہ کر رہا ہے۔ لیکن علم النفس میں  
 یہ حرکت بہت ہی موثر ہے۔ اگر کوئی شخص کسی سوال کے لئے آیا ہے تو آپ  
 اس کی حرکات کو بخور دیکھتے رہیں اور آپ کسی ایسے کام کو شروع کر دیں  
 جس سے وہ یعنی سائل یہ خیال کرے کہ ابھی عامل صاحب کام میں ہیں۔ اس  
 کام کو ختم کر لیں تو میں کہوں۔ اور آپ بظاہر تو کام کرتے رہیں مگر باطن اس کی  
 حرکات کو دیکھتے رہیں۔ اگر سائل اس درمیان میں سر پیچے کئے بیٹھا رہا تو کامیابی میں  
 دیر ہے۔ اگر داہنے بائیں دیکھتا رہا تو ناکامی ہے اور اگر اوپر کی طرف دیکھتا رہا تو  
 کامیابی ہے۔ لیکن ایک بات یہاں یہ بھی معلوم کر لو کہ خالی آدمی اکثر گردن نیچے کئے  
 ہی بیٹھا رہتا ہے۔ اور یہ عادت ہے۔ اس لئے اگر سائل نے اس درمیان میں ایک  
 یا دو مرتبہ بھی اوپر کو دیکھا تو کامیابی کی دلیل ہے۔ اس طرح اگر ایک یا دو مرتبہ  
 سبھی داہنے بائیں کو دیکھا تو ناکامی کی دلیل ہے۔

**قاعدہ ۲۔** اگر کوئی شخص فہم و دریافت کرنا چاہتا ہے یعنی یہ معلوم کرے کہ میرے  
 سوال کو خود بتائے کہ میرا سوال کیا ہے۔ میں نے ایک صاحب کو دیکھا کہ وہ نہایت  
 حیرت انگیز طریق سے سوال بتا دیا کرتے تھے بعض اصحاب کے متعلق سنا گیا کہ وہ  
 سوال سائل سے لکھوا لیتے ہیں اور بلطفہ اس کی نقل کر کے دیدیا کرتے ہیں بلطفہ فنا  
 حرقا پوشیدہ لکھے سوال کی بیان کر دینا۔ علوم مروجہ میں سے کسی علم میں اس کا قاعدہ

نہیں پایا گیا۔ اس میں کوئی چابکدستی اور شعبدہ بازی ضرور ہے جس تک عام ٹھاپیں  
 نہیں پہنچیں ورنہ آج دنیا میں بڑے بڑے جابر ہیں۔ رمال ہیں۔ منجم ہیں۔ مگر  
 عرفا و فاضلہ سوال بیان کرتے نہیں دیکھا۔ ایک صاحب جفر سے سوال کی نقل  
 کر دیتے تھے زمین نے مناجات دیکھا نہیں، لیکن یہ کام بڑی محنت اور مشقت کا ہے  
 میں نے فرمایا دیکھا ہے کہ ادھر آپ نے سوال پوشیدہ طریق پر کاغذ پر لکھا۔ اور کبھی  
 صاحب و کتاب بے سوچ بچار اور مراقبہ و مکالمہ کے فوراً بتا دیا کہ یہ لکھا ہے۔ یعنی گو  
 مکتشف ہے اور وہ پردہ کے اندر کی چیز دیکھ سکتے ہیں مجھے اس سے انکار نہیں کہ ایسے  
 لوگ دنیا میں موجود ہیں اور جیسا میں نے عرض کیا میں نے خود ہی ایک صاحب کو  
 دیکھا ہے۔ مگر میں اسے کسی علم و وجہ میں سے نہیں مانتا۔ بلکہ کوئی خاص شعبہ یا  
 علم ہے بعض اصحاب کا خیال ہے کہ ان لوگوں کے ہمزاد تابع ہوتا ہے۔ میں اسکو بھی  
 مانتے کوئی نہیں۔ جس کے ہمزاد تابع ہوتا ہے اس کی دنیا ہی الگ ہو جاتی ہے  
 ہر مال پوشیدہ سوال کو بلفظ بیان کر دینا یہ علم تو کسی نے اس علم کی کتابوں میں  
 نہیں لکھا۔ ہاں اس قدر لکھا ہے کہ سوال کی نوعیت اور ملاحظہ معلوم ہو جائے اور  
 اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جس شخص کا سوال معلوم کرنا ہو اس کو اپنے چلتے ستر کی طرف بٹھاؤ  
 اور اس سے کہو کہ اپنے سوال کا ایک جلا بھی عبارت میں اپنے دل میں بتاؤ اور آپ  
 وزدیدہ نگاہوں سے اس کی حرکتوں پر غور کرتے رہو۔ اگر وہ سوچ بچار کی وارفتگی  
 میں اوپر کی طرف دیکھے تو کسی جاندار نے کے متعلق سوال ہے اگر سوچنے میں زمین کی  
 طرف ہی نظر رہے تو دولت۔ نفع۔ کامیابی کا سوال ہے۔ اگر چاہنے بائیں نظر رہا  
 ہے تو کسی ظرف۔ سامان دھات (سونا چاندی وغیرہ) کا سوال ہے۔  
 قاعدہ :- شادی بیاہ میں یونہی کئی دن صرف ہوتے ہیں۔ لیکن اصل  
 شادی تھوڑی دیر کا کام ہے اور اس کا نام اسلام میں نکاح ہے اور تمام مذاہب میں



اپنے اپنے طریق پر پختہ رہی رسم ادا کی جاتی ہے اور اس کا نام ہی شادی ہے اس کو اس رسم کی ادائیگی  
وقت عورت کا بایاں اور مرد کا دہنا نفس جاری ہو تو ایسی شادی نہایت مبارک  
ہوتی ہے۔ زن و شوہر کے تعلقات ہمیشہ خوشگوار رہتے ہیں اور باہمی محبت رہتی ہے  
اور اس کے خلاف سر میں شادی ہو تو اس گھر میں ہمیشہ جنگ و جدال ہی رہتی ہے  
اور میاں بی بی میں ناموافقیت اور ناسازگاری کے جذبات بڑھتے رہتے ہیں۔  
یہاں تک کہ بعض اوقات مفارقت کرنا پڑتی ہے۔ اگر دو لڑکا دو لڑکی کے علاوہ کوئی  
دوسرا شخص اگر سوال کرے کہ فلاں شادی مبارک ہے یا نہیں۔ اگر سوال کے وقت  
شمسی سرچلتا ہو تو شادی مبارک ہوگی۔ عامل اپنا سر دیکھے۔ لیکن زیادہ معتبر  
یہ ہے کہ مسائل کا سر دیکھے اور اس پر حکم لگائے۔ لیکن اگر عورت سوال کر رہی ہے  
تو اس کا قری تر مبارک ہوگا۔ یہ یاد رکھو کہ مسائل کا سر عامل کے سر سے زیادہ معتبر ہے  
اگر مسائل کا سر موافقت میں اور عامل سر مخالفیت میں جاری ہو تو عامل کے سر پر  
حکم نہیں لگایا جائیگا۔ یعنی جب مسائل کے سر کی تحقیق نہ ہو سکے تو مجبوراً ہی ہوتی  
اور عامل کے سر کو شاید بنایا جائے گا۔

**قاعدہ۔** عمل میں لو کا ہے یا لڑکی اس سے قبل کہ علی تحقیق سے میں اس  
مسئلہ پر روشنی ڈالوں یہ حقیقت واضح کر دینا ضروری ہے کہ عالم الغیب خدا ہے  
قدوس ہے۔ قرآن پاک میں غیر متنبہ عبارت میں بیان کر دیا گیا ہے کہ جو کچھ میرٹ میں  
ہے اس کا علم سوائے خدا کے کسی کو نہیں۔ جب خدا نے قدوس نے استغفار فرما دیا کہ  
اس قانون کو ہم ہی ملتے ہیں تو پھر اس قانون میں اپنی رائے شامل کرنا خلاف ادب  
بلکہ گناہ ہے۔ لیکن دو امور پر فکر کرنا ہمیں الزام سے پاک کر دیتا ہے۔ پہلا امر یہ  
ہے کہ خدا کا علم طبع غیر متنبہ ہے۔ حقیقی ہے اس میں ایک ذرہ کی کمی بیشی نہیں ہو سکتی  
ہماری تحقیق میں احتمال ہے۔ خدا نے پاک کی تحقیق فیہی ہے۔ ہمارا علم ناقص

اور اس کا حکم کامل ہے اور یہ فرق عبودیت و معبود کے لئے کافی ہے اور الزام سے پاک کر دیا گیا  
 اور وہ یہ ہے کہ خدا کا علم ذاتی ہے اور ہمارا علم کسی ہے۔ خدا نے قدوس ہمارے  
 علم کا محتاج نہیں۔ لیکن ہم خدا کے علم کے محتاج ہیں۔ اور یہ تفاوت تفاوت عظیم  
 ہے جو فانی و مخلوق میں خدا فاضل بنا تا ہے۔ اس لئے میں وہ قواعد بیان کر رہا ہوں  
 جن سے علم النفس کے ماتحت معلوم کیا جاسکتا ہے کہ لو کا ہو گا یا اللہ کی۔ یہ بات بھی  
 معلوم کر دے کہ اس حساب کو تمام علوم نے اپنا پایہ یعنی ہر علم نے اس پر بحث کی ہے کہ لو کا  
 اللہ کی کا حال اس سے معلوم ہو سکے۔ نجوم نے بھی چند در چند قواعد بیان کئے ہیں رمل  
 بھی۔ جفر نے بھی۔ غرض کہ بے شمار قواعد ایسے ہیں جن سے معلوم کیا جاسکتا ہے۔  
 کہ لو کا ہے یا اللہ کی۔ لیکن جب آپ تجربہ کریں گے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کا حساب  
 سب سے بہتر ہے۔ اور اکثر و بیشتر صحیح نکلتا ہے اور اس کا قاعدہ یہ ہے کہ جب کوئی  
 سوال کرے کہ لو کا ہو گا یا اللہ کی تو مسائل کے نفس کی تحقیق کر دے اگر مسائل کا سرشمی  
 چل رہا ہے تو لو کا ہے۔ قمری ٹرچل رہا ہے تو لو کی بعض نے اس قسم کے سوال جواب  
 میں سمجھتے ہیں قمری ٹرچل رہا ہے یعنی آگے چھپے داہنے بائیں مگر یہ سب زینت کلام  
 اور بی اطرافت ہے۔ شمسی و قمری اطراف و جواب پر بھی مشتمل ہے اور ابتدائے  
 کتاب میں نفس کا فعل اطراف سے بیان کر دیا گیا ہے۔

نوٹ :- اگر مسائل کے ساتھ عامل کا بھی شمسی ٹرچل رہا ہے تو پھر بیٹے کا پہلو  
 اور بھی زبردست ہو جاتا ہے۔ اگر اختلاف ہے (مسائل اور عامل میں) تو مسائل سے  
 نفس پر حکم دیا جائے گا کہ عامل کا وجود درمیان میں نیز نہ ایک گواہ کے ہے مگر  
 عامل کے نفس پر حکم نہیں دیا جائیگا۔ لیکن جب مسائل کے نفس کی تحقیق کسی وجہ سے  
 نہ ہو سکے تو اس وقت عامل ہی مسائل کا قائم مقام ہو گا۔ اور عامل کے نفس پر ہی حکم  
 لگا دیا جائیگا۔ لیکن بعض اساتذہ کی رائے ہے کہ عامل کے ٹرچل اثر بھی جواب میں

ضرور ہوتا ہے۔ مثلاً ولادت کے سال کے وقت سائل کا شمسی اور عامل کا قمری  
چل رہا ہے۔ تو سائل کے نفس کو قوی ماننے ہوئے لڑکے کا مکمل لگا یا باہر لگا۔ مگر چونکہ اس وقت  
عامل کا سر فرزند پیدا ہونیکے خلاف تھا۔ اس لئے اس قدر اثر ضرور ہوگا کہ مولود کم  
ہوگا اور اس میں زمانہ صفتیں پائی جائیں گی۔ جیسے بزدلی۔ کم ہمتی۔ زمانہ بن وغیرہ  
اگر نفس متساویہ چلتا ہوگا تو اس کے دو نتیجہ پیدا ہونگے۔ یا تو ام بچے پیدا ہوں گے  
یا بچہ خستہ پیدا ہوگا۔ یا حمل سا قسط ہو جائے گا۔ باقی جو مشیت ایزوی۔ بعض  
وقت ہمارے تجربے۔ ہمارے علم۔ ہمارے حساب ہماری فیلسوفی اور دانائی  
استادی اور ہمہ دانی سب حروف غلط کی طرح خستہ منیا ہو جاتے ہیں اور  
خدا کے برتر کا حکم غالب رہتا ہے۔ وحی غائب بھی آتا ہے۔

قاعدہ :- اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں تجارت کرنا چاہتا ہوں  
تو ہوگا یا نقصان۔ اگر سائل کا اہلنا متعنا یعنی قمری سر چلتا ہوگا۔ تو اس تجارت  
میں اس شخص میں اس دوکان میں فائدہ ہوگا۔ اگر شمسی سر چلتا ہوگا تو نفع کی  
امید نہیں۔ بلکہ نقصان ہوگا۔ اگر نفس متساویہ چلتا ہوگا۔ تو نفع نقصان برابر  
رہے گا۔ اگر سائل کا شمسی اور عامل کا قمری سر چلتا ہو تو ابتداء میں نقصان معلوم ہوگا  
لیکن آخر میں فائدہ ہوگا۔ اگر سائل کا قمری اور عامل کا شمسی سر چلتا ہوگا تو ابتداء  
میں فائدہ رہے گا۔ لیکن انجام میں نقصان برداشت کرنا پڑے گا۔ اگر نفس متساویہ  
چلتا ہو تو اس کام کو بند کر دو۔ یعنی اس کام کو نہ کرو۔ اس میں کوئی نفع نہیں  
پاؤ گے۔ ابتداء میں کتاب میں بیان کر دیا گیا ہے کہ طالب علمی کے زمانے میں ہر علم  
دریائے ناپیدائنا معلوم ہوتا ہے۔ لیکن جب اسپر عبور حاصل ہو جاتا ہے تو  
وہ بے پایاں علم ایک نقطہ ہو کر دل میں آ جاتا ہے اور یہ ایک کھلی ہوئی حقیقت  
ہے۔ قرآن پاک کا حفظ کر لینا کس قدر حیرت اور تعجب کا معاملہ ہے لیکن

جب ایک شخص محنت کر کے خطا کر لیتا ہے تو بلا ہر اس قدر مخیم اور مددوں کتاب  
ایک نقطہ بنکر ماقطہ کے سینہ میں اتر جاتی ہے اور آخر کار سمٹ کر ایک ناپید  
کنا ریمند نقطہ بن جاتا ہے۔ اس وقت آپ اس کتاب کو پڑھ رہے ہیں اور  
دل الجھ رہا ہے کہ خدا جلے یہ کیا چیز ہے لیکن چند دلوں کی محنت میں جب  
اس وقت نہ جواب دینے میں کوئی وقت پیش آئے گی نہ کسی حساب کرنے میں  
رحمت ہوگی۔ مزید براں اگر آپ اس قسم کے علوم کے خواہشمند ہیں یا آپکو  
ذوق ہے تو معلوم ہو گا کہ علم النفس کے آجانے کے بعد اور کسی علم کی ضرورت نہیں  
قاعدہ ۱۔ اگر کوئی سوال کرے کہ میں فلاں شخص سے ملاقات کرنا چاہتا  
ہوں۔ آیا ملاقات ہوگی یا نہ ہوگی۔ اور اگر ملاقات ہوگی تو جس مقصد کیلئے  
میں ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ کیا اس مقصد اور مطلب میں بھی کامیابی ہوگی۔ جس کی وجہ سے  
میں ملاقات کرنا چاہتا ہوں۔ یا ملاقات بیکار ہوگی۔ اس قسم کے سوالوں کا  
جواب بذریعہ علم النفس اگر دیتا ہے تو اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سائل اور  
عامل دونوں کا شمسی سر چلتا ہو گا تو ملاقات ہوگی اور حسب انتشار اگر سائل کا  
قمری اور عامل کا شمسی سر چلتا ہو گا تو اغلب ہے کہ ملاقات نہ ہوگا اگر ملاقات  
ہو گئی تو راستہ میں۔ کہ بچے میں خوف کہ اس جگہ ہوگی جہاں کوئی مفید بات  
کرنے کا موقع نہ ہو۔ اگر نفس متساویہ چلتا ہو گا تو ملاقات ہوگی مگر کوئی بات  
نفع کی اس سے پیدا نہ ہوگی۔ اور بہت ممکن ہے کہ ملاقات ہی نہ ہو اور  
یہ بھی ممکن ہے کہ ملاقات سے نقصان پہنچ جائے (جب نفس متساویہ کے  
وقت میں ملاقات کی جائے)

قاعدہ ۲۔ اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں نے فلاں جگہ تادی کی پیغم  
بھیجا ہے یا بھیجنا چاہتا ہوں آیا وہاں کامیابی ہوگی یا نہ ہوگی۔ اس سوال

اور اس قسم کے سوالات کے جوابات نکالنے کا طریقہ یہ ہے کہ اگر مسائل کا شمسی  
چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو کامیابی ہوگی اور پیام منظور ہوگا۔ اگر قمری  
مرحل رہا ہے تو منظور ہونے کی کوئی امید نہیں۔ اگر قاصد کو اس وقت پیام  
مثلاً خط وغیرہ جب شمسی مرحل رہا ہو یا اگر قاصد بھی دانا ہے اور اس وقت  
سوال پیش کرے جب شمسی مرحل رہا ہو تو تمام تر امید ہے۔ اگر قمری مرحل رہا ہوگا  
تو دیر میں کامیابی ہوگی۔ اور کئی ایک رکاوٹیں پیدا ہوگی۔ اور علاوہ  
تاخیر کے بہت سی تدبیریں کرنا پڑیں گی تب شادی ہوگی۔ ہاں شادی  
جو جائے گی ضرور۔

**قاعدہ:** اگر کوئی شخص کسی بیماری کے متعلق سوال کرے کہ بیماری  
صحت ہوگی یا نہ ہوگی۔ اگر سوال بیمار خود کرتا ہے یا اس کی طرف سے  
کوئی اور سوال کرتا ہے تو معلوم کرو۔ اور تحقیق کرو کہ مسائل کا کون سا مرحل رہا  
ہے۔ اگر شمسی مرحل رہا ہے تو صحت ہوگی۔ اگر مسائل کے ساتھ عامل کا بھی  
شمسی مرحل رہا ہے تو بہت جلد صحت ہوگی۔ کوئی خاص پیچیدہ بیماری نہیں ہے  
اگر مسائل کا شمسی اور عامل کا قمری مرحل رہا ہو تو شفا اور صحت ضرور ہوگی۔ لیکن  
ذرا دیر میں۔ جلد صحت نہیں ہوتی۔ کم سے کم پندرہ یوم تک شفا ہو جائے گی  
اگر ہر دو کا شمسی مرحل رہا ہے تو امید شفا نہیں۔ اگر مسائل کا قمری اور عامل کا  
شمسی مرحل رہا ہے تو بہت عرصہ میں شفا ہوگی۔ اگر مسائل کا نفس مساویہ  
چل رہا ہے تو بیماری خطرناک ہے۔ اور شفا کی امید کم ہے۔

**نوٹ:**۔ بزرگوں نے فرمایا ہے کہ اس علم والے کو جھوٹ بولنا لازمی  
ہے۔ اس علم کا جاننے والا مجبور ہے کہ جھوٹ بولے۔ جب کوئی خبر بری اور نحس  
اور خلاف مشاء نظر آتی ہے تو مروت اور انسانیت منع کرتی ہے کہ وہ لوگ

بات بے کسی جھجک اور تامل کے کہدی جلتے۔ اور اسی طرح خبر مرگ اور خبر  
 قید و بند بھی بے تامل سنا دی جاتے۔ جس طرح خوشی کی خبر سنائی تھی۔ میرا تجربہ ہے  
 کہ سب لوگ یہ ہی کہتے ہیں کہ آپ جو بات ہو غلات ہو یا موافق صحیح یا بیک  
 لیکن کوئی کان خوشی سے خبر نہ سننے کو تیار نہیں۔ اور کوئی آنکھ رغبت سے  
 اپنی سورت کا نظارہ نہیں کر سکتی۔ اس لئے خبر بد کو ایسے الفاظ اور پیرایہ  
 میں بیان کیا جاتا ہے کہ جو ناگوار خاطر نہ ہو اور اکثر ایسے الفاظ استعمال  
 کئے جاتے ہیں جس سے قسلی اور تشفی پیدا ہو۔ یہاں تک کہ بعض اوقات بلکہ اکثر  
 اوقات جواب کا مقدم ہی بدل جاتا ہے۔ اس لئے میں ناظرین کرام کو مشورہ  
 دوں گا کہ جب آپ سوال کا جواب نکالیں اور وہ سائل کے غلات ہو تو  
 خوبصورت اور دلنواز عبارت میں بیان کریں۔ تاکہ اس کی دل شکنی نہ ہو  
 خبر بد کو لیے محابا کہدیے میں بہت کچھ نقصان پائے گئے ہیں۔  
**قاعدہ :-** ارباب بنیش پر پوشیدہ نہ رہے کہ قوانین علم میں ہر سوال کے  
 جواب کا جدا گانہ قانون ہے۔ جس طرح ہر انسان کی دنیا علیحدہ ہے۔ اسی طرح  
 ہر کام کی دنیا جدا ہے۔ ایک ہی قاعدہ ہر قسم کے سوال کے واسطے نہیں ہے  
 اگر کوئی شخص سوال کرے کہ میں فلاں علم اور ہنر سیکھنا چاہتا ہوں کیا مجھے کامیابی  
 ہوگی۔ اگر سوال کے وقت سائل کا قمری سرچل رہا ہے تو جواب انبات میں  
 ہے۔ اگر شمسی سرچل رہا ہے تو جواب انبات میں نہیں ہے اگر شمسی سرچل رہا ہے  
 تو جواب فنی میں ہے اگر ایسے وقت میں عامل کا قمری چلتا ہو (اور سائل کا  
 شمسی) تو سائل اس علم و ہنر میں دستگاہ کامل اور استعداد المایطاق حاصل  
 کر سیکے گا۔ اگر دونوں کے موافق ہوں یعنی دونوں کے قمری ہوں تو حسب  
 ضرورت درگت حاصل ہوگا اور دونوں کا نفس مساویہ چل رہا ہو تو قطعی

یہ ہر دوائے گا۔ باقی سائل اسی قانون پر غور کرتے ہوئے جواب حاصل کرے  
 قاعدہ :- کوئی عزیز دوست یا ہر گیا ہوا ہے۔ کوئی خیر اور خیریت نہیں  
 ملتی۔ جس کے آنے کی کوئی اطلاع ہے اس بے خبر کے متعلق کوئی سوال کرے  
 کہ کب خود آئے گا۔ یا کب تک خبر ملے گی۔ اگر سوال کے وقت سائل اور  
 عامل کا شمسی سہول رہا ہے تو ابھی آنے یا خیر کے طے میں دیر ہے۔ اگر دونوں کے  
 مختلف سہول رہے ہوں تو جواب یہ ہے کہ وہ آنے کا قصد کر رہا ہے بلکہ آنے کے  
 واسطے تیار ہے۔ مگر حالات ایسے واقع ہو رہے ہیں کہ خواہ مخواہ دیر ہو رہی  
 ہے۔ مگر وہ جلد پہنچے گا۔ اگر سوال کے وقت نفس متساویہ حل رہا ہے تو  
 جواب یہ ہے کہ وہ بیمار ہے یا کسی تکلیف اور مصیبت میں گرفتار ہے۔ زمانہ  
 قریب میں کوئی امید اس کے آنے کی نہیں ہے۔

قاعدہ :- چوری کے متعلق اکثر سوال کئے جاتے ہیں۔ بعض خوش  
 عقیدہ لوگ تو چور کا نام بھی دریافت کرتے ہیں اور بعض لوگ نام تک  
 بتانے کا دعویٰ کرتے ہیں۔ اور جس جگہ وہ تھے رکھی ہو تفصیل سے بتاتے  
 ہیں کہ فلاں گھر میں فلاں طرف رکھی ہے۔ اگر آپ غور کریں تو معلوم ہو جائیگا کہ اگر  
 اس علم میں یا کسی علم میں استدر قوت ہوتی تو دنیا میں پولیس اور عدالتیں قائم  
 کرنیکی ضرورت ہی نہیں ہوتی۔ اور بار دہلی میں کسی نامعلوم شخص نے جلدوس پر  
 بم بار دیا۔ حکومت کی طرف سے ایک لاکھ روپے کا انعام نشانہ ہوا مگر کوئی عالم کا  
 دعوے کر گیا الا حکومت کے سامنے نہیں آیا۔ پولیس دن رات چوری کی گفتیں میں  
 ہی رہتی ہے اور حکومت کا لاکھوں روپیہ پولیس پر خرچ ہوتا ہے اگر کسی علم میں اس  
 قدر قوت ہوتی کہ تمام حال روشن کر دیتا تو دنیا میں چوری کا وجود ہی مٹ جاتا  
 کئی سادہ لوح شخص و ذلیلہ کا پتہ دریافت کرتے ہیں۔ کہ کس جگہ ہے کہ قدر ہے۔

اسی عقل پر اسقدر توجہ و رد کہ جن لوگوں سے آپ خزانے اور دینے کا مال معلوم کر رہے ہیں وہ آپ سے زیادہ اس دینے کا محتاج ہے اگر اس کے پاس کوئی ایسا علم ہو تا تو آپ کے بدلے میں قبل وہ خود ہی نکال لیجاتا۔ اس قسم کی دو راز کار باقیں ہرگز کسی سے دریافت نہ کرو۔ یہ وہ باتیں ہیں جنکو سوائے خدا نے عالم الغیب کے کوئی نہیں جانتا۔ "خدا تعالیٰ ہی بیند و می پوشد۔ وہمسا یہ نمی بیند و می فرد شد۔"

میر کیا سادے ہیں بیمار ہوئے جسکے سبب اس عطار کے لڑکے سے دوا لیتے ہیں ہر علم کی ایک طاقت ہے جس طرح ہر شے میں ایک معینہ طاقت ہے اور یہ قانون قدرت ہے کہ جس شے میں جس قدر قوت ہے وہیں تک کام کرتی ہے جب اس کی قوت سے آگے بڑھایا جائیگا۔ فنا ہو جائے گی۔ بس قدرت نے ان علوم میں اسقدر قوت عطا فرمائی ہے کہ سطحی باتیں معلوم ہو جائیں۔ مائکرو و ماکرو اور ہر شے کی تفصیلی حالت معلوم کرنا اس قسم کے علوم کی قوت سے باہر ہے۔ اگر کوئی شخص سوال کرے کہ چوری کئی ہوئی چیز ملجائے گی یا نہیں۔ اگر مسائل کا قمری ستر چل رہا ہے تو کم شدہ شے کے مل جانے کی علامت ہے۔ اگر شمسی ستر چل رہا ہے تو چور یا چوری یا دونوں کا پتہ ملجائے گا۔ اگر عامل وسائل کا ستر مختلف ہے تو جواب یہ ہے کہ چور اور چوری کا پتہ ضرور ملجائیگا۔ مگر ہاتھ نہیں آئے گی۔ اگر سکھنا (فلسفہ مساویہ) ستر چل رہا ہو تو نہ چور کا سراغ ملے گا نہ چوری کا کوئی نشان ہاتھ آئے گا۔

قاعدہ ۱۰۔ اگر کوئی مقدمہ ہے یا دو شخصوں میں کشتی ہے یا اس قسم کا کوئی مقابلہ ہے جس میں معلوم کرنا ہے کہ کس کو فتح ہوگی کس کو شکست۔ اس کا قاعدہ یہ ہے کہ فیصلہ کے وقت جس کا شمسی ستر چل رہا ہے اس کو فتح ہوگی۔ اور جس کا قمری ستر چل رہا ہے اسکو شکست ہوگی۔ اگر دونوں علم جاننے والے ہیں اور دونوں کھڑے



شمسی سر میں نکلے ہیں تو جو شخص گھر سے پہلے نکلا ہے اس کو فتح ہوگی۔ اگر دونوں  
 گھر سے برابر نکلے ہیں تو فتح و شکست کسی کو نہ ہوگی۔ صلے ہو جائے گی اور مقابلہ  
 برابر کا رہے گا۔ اس معاملہ میں قمری سر والے کو جہد مال شکست ہوگی اور ہر  
 قسم کے حقد اور مطلب کے واسطے جب شمسی سر میں کام کرے گا فتح پائے گا۔

**قاعدہ ۱۰۔** اگر بارش نہ ہوتی ہو اور کوئی شخص اگر دریافت کرے کہ ذرا  
 جواب سے دیکھئے کہ بارش کب ہوگی تو اس کا جواب یہ ہے کہ اگر مسائل کا مترقوت  
 سوال قمری چل رہا ہے تو بارش قریب ہو نیوالی ہے۔ اگر شمسی سر چل رہا ہے  
 تو ایسی بارش کا کوئی امکان نہیں۔ اگر نفس متساویہ چل رہا تھا کہ سوال کیا تو  
 بادل آئیں گے بارش کی ہو اچلے گی مگر بارش نہ ہوگی۔ اگر عامل اور مسائل کے  
 سروں میں اختلاف ہو تو بارش خفیف ہوگی اور بوند باندی ہو کر چائگی  
 نوڈشا۔ ایک ضروری قانون یہ معلوم کر لو کہ نفی اور اثبات کا حکم کتنا  
 چلے گا یعنی کسی نے بارش کا سوال کیا اور اس وقت شمسی سر چل رہا تھا جس پر  
 آپ نے بارش نہ ہونے کا جواب دید یا تو کیا اس کے یہ معنی ہیں کہ اب بارش  
 ہوگی ہی نہیں۔ اور ظاہر ہے کہ یہ جواب ہو ہی نہیں سکتا۔ تو پھر اس نفی کا اثر  
 کب تک ہے۔ اور کب تک بارش ہوگی۔ واضح ہو کہ علم نجوم میں کوئی خاص  
 مدت کا تعین نہیں۔ جتنے کہ بعض گرو شیئیں عیس سال تک رہتی ہیں اور بعض  
 اس سے بھی زیادہ۔ اور ریل میں ایک جواب کا اثر تین مہینہ دس دن تک  
 مان لیا گیا ہے۔ اور علم النفس میں ایک جواب کا اثر پندرہ دن اور کم سے کم دو  
 گھنٹہ ہے اور سر کی مدت پر موقوف ہے۔ یعنی اگر سوال ایسے وقت کیا تھا کہ  
 ابھی متر تبدیل ہوا ہے تو ایسے جواب کی میعاد پندرہ یوم تک ہوگی۔ اگر سوال  
 ایسے وقت میں کیا ہے کہ متر چلتے ہوئے بہت دیر گزر چکی۔ بلکہ اب تبدیلی کا وقت

تو پھر جواب کا اثر ایک گھنٹہ یا ایک گھڑی ۲۴ منٹ کی ایک گھڑی اور ڈھائی گھڑی کا ایک گھنٹہ تک بدیہ کیا۔ بعد ازاں حکم تبدیل ہو جائیگا۔ مگر اس کے یہ معنی نہیں کہ بے دریافت کئے اس کے عکس ہو جائیگا۔ مثلاً کسی شخص نے بارش کا سوال کیا اور سائل کا شرشمسی چل رہا تھا اور آپ نے حسب قاعدہ علم جواب دیا کہ ابھی بارش کی کوئی امید نہیں۔ اور سوال ایسے وقت میں کیا تھا کہ شمسی شرخم ہو کر قری سر چلنے والا ہے اور اس کی میعاد ایک گھنٹہ کی ہے تو کیا ایک گھنٹہ کے بعد بارش شروع ہو جائیگی ہاں ایک گھنٹہ کے بعد اس سوال کی نوعیت اور حالت بدل جائے گی۔ اور ممکن ہے کہ ایک گھنٹہ کے بعد بارش ہو جائے۔ لیکن اس پر زیادہ وثوق نہیں کیا جاتا۔ اس لئے پھر گھنٹہ بھر کے بعد اس سوال کا جواب حاصل کر دو۔ غرض یہ ہے کہ کسی جواب مدت پر منطبق نہ کر دو۔ بلکہ میعاد ختم ہونے پر پھر جواب حاصل کر دو۔ کیونکہ کائنات کا کام چند در چند اسباب کی زنجیروں میں مقید ہے اگر ایک در بند ہوتا ہے یا کھلتا ہے تو اس کے عوض میں دوسرا در بند ہوتا یا کھل جاتا ہے اور یہی وجہ ہے کہ بعض اوقات بعض انقلاب دراز عرصہ تک اپنا اثر دکھاتے رہے ہیں۔ اور بعض انقلاب ایسے ہوتے ہیں کہ آنندھی کی طرح اوجھر آئے اور اوجھر چل گئے۔ مثلاً آسمان پر بادِ قاعدہ :- اگر کوئی سوال کرے کہ میں کس طرف کا سفر کروں جس سے نفع ہو۔ اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر سوال کرینکے وقت سائل کا شمسی سر چل رہا ہے تو مشرق او شمال کا سفر مفید ہوگا۔ اگر قری سر چل رہا ہے تو مغرب جنوب کا سفر سعدا و مبارک ہوگا۔ اگر اس کے خلاف سفر کیا گیا تو کامیابی میں شبہ ہے۔ اگر نفس متساویہ چل رہا ہے تو ایسی حالت میں سفر کرنا نقصان دہ ہے۔ سفر کرنے سے مراد تمام سفر کا راستہ نہیں بلکہ خرم سفر پر سے گھر سے باہر قدم نکالنے کے وقت اس قدر باندی ہے۔ گھر سے دو گھر کی طرف دو فاصلہ ہے جس سے آج وقت ہے گھر سے قدم نکال لینے کے بعد کسی قسم کی پابندی

یا سعادت و نجات نہیں ہے۔ ایک خاص ناز یا ذکر اور یاد رکھو بعض اصحاب سے  
 دیوانگی یا دوسکوسلاکیں گے۔ بعض من گھڑت افسانہ یا وہمی لوگوں کی غیب شپ بگ  
 امتحان سے قبل تو آپ سب کچھ کہیں گے۔ لیکن جب امتحان کرینگے اور وقت قائل  
 ہونا پڑے گا کہ یہ قیامین ہیں بن کا اثر لفظی ہے۔ یہ تو بتایا جا چکا کہ قسمی ستر میں  
 مشرق و شمال کا سفر اور قمری سر میں جنوب اور مغرب کا سفر مبارک اور مفید  
 ہوتا ہے۔ اب بعض وقت ایسا ہے کہ انسان اس قانون کے خلاف کرنے پر مجبور رہے  
 تو ایسا کہ وہ چلتے وقت جو سر چل رہا ہو پہلے اس طرف کا قدم اٹھاؤ اور صرف  
 چار قدم چلو۔ پھر ایک منٹ کے واسطے کھڑے ہو جاؤ پھر چار قدم اٹھا کر قدرے  
 وقت کرو۔ بعد ازاں منزل مقصود پر روانہ ہو جاؤ۔ یہ قانون فتح اور کامیابی کا  
 خاص ذریعہ ہے۔ اور یہ عمل ہر وقت میں مفید ہوتا ہے خواہ آپ زیر قانون علم انش  
 سفر کر رہے ہوں یا خلاف بلکہ خلاف میں نکات الامتی اس۔

**قاعدہ :-** کسی ملازمت اور کام ملنے کی غرض سے کسی کے پاس جانا ہو  
 یا ملازمت کے لئے درخواست لکھنا ہو تو قسمی سر میں کام کرو۔ یعنی اگر درخواست  
 لکھنا ہے تو قسمی میں لکھو اگر اس غرض کے لئے کسی افسر یا رئیس سے ملنا ہے تو قسمی ستر کی  
 پابندی کرو اگر قمری ستر میں اس قسم کے کام کرو گے تو نقصان ہوگا اور ناکامی کا منہ  
 دیکھنا ہوگا۔ اسی طرح اگر نفس متساویہ چل رہا ہو تو اس قسم کا کام شروع نہ کرو  
 یعنی نہ درخواست لکھو نہ کسی متعلقہ افسر سے ملنے کے لئے گھر سے قدم نکالو۔  
 اس بیان نے قمری اور نفس متساویہ دونوں کا نتیجہ کیا بنا دیا ہے اور یہ صحیح  
 نہیں۔ میں عرض کروں گا کہ قمری ستر میں اس قسم کے کام کرنے کا نتیجہ ہوگا کہ کام میں  
 غیر مفید و دیر ہو جائے گی۔ اور اگر نفس متساویہ میں کام شروع کیا تو بہر حال نتیجہ ناکام  
 نتیجہ اور مختتم ہوگا۔ الاما شاہ و شاہ۔

قاعدہ :- اگر کوئی شخص دریافت کرے کہ غلہ خرید کروں نفع ہوگا یا نقصان اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اگر مسائل کا قریٰ تحریر چل رہا ہے (سوال کے وقت) تو آئندہ غلہ کا نفع ارزاں ہوگا۔ تجارتی حیثیت سے خرید کرنے کا مشورہ نہ دو اگر شمسی قمر میں سوال کیا ہے تو غلہ کا نفع موجودہ نرخ سے آئندہ گراں ہوگا اور خریدنیوگا کہ نفع ہوگا۔ خریدنیکی اجازت دو۔ یہ نکتہ پہلے بیان کر چکا ہوں کہ جواب دیتے وقت صرف مسائل کے شرکاء ہی خیال نہ رکھ جائے بلکہ عامل اپنے شرکاء بھی دیکھے۔ اگر مسائل اور عامل دونوں کے سروں میں یگانگیت اور یکسانیت ہے تو پھر جو نتیجہ اس پر حسب قاعدہ مترتب ہوتا ہے وہ اٹل ہوگا۔ اگر اختلاف ہے تو مسائل کے شرکاء کے مطابق جواب دینا ہوگا۔ لیکن وہ نتیجہ کہ در ضرور ہوگا۔ اور یہ بھی یاد رکھو کہ غلہ وغیرہ کا نرخ روزانہ کم و بیش ہوتا رہتا ہے۔ لیکن جب باقاعدہ اس نے جواب حاصل کیا ہے تو اسکو نقصان کا اندیشہ نہیں رکھنا چاہئے اور بصورت خلاف درزی نفع کا خیال نہ رکھ کر دینا چاہئے۔ باقی الغیب عند اللہ۔

قاعدہ :- اکثر سائنس دیکھنے کا قاعدہ طلوع کے وقت ہی بیان کیا جاتا ہے اور اس کتاب میں بھی یہ ہی وقت دیا گیا ہے مگر جس طرح طلوع آفتاب کے وقت شکر کا امتحان کیا جاتا ہے۔ اسی طرح چاند کے طلوع کے وقت دیکھا جاتا ہے۔ جو وقت چاند طلوع ہو رہا ہو تو اسوقت قمری سرچلنا زیادہ مفید ہوتا ہے۔ چاند کے حساب کو اور اس کے طلوع و غروب کو زیادہ اس لئے نہیں لیا گیا کہ بعض تاریخوں میں چاندوں میں بھی دیکھا جاتا ہے۔ آفتاب کی شعاعیں اس کی روشنی کا اودم کر دیتی ہیں مگر اس کا جسم دن میں بھی آسمان پر دکھائی دیتا ہے اور اسی نظر سے تسلیم کر لیا گیا ہے کہ چاند میں بذاتہ نور نہیں ہے بلکہ جرم آفتاب سے منعکس ہوتا ہے۔

قاعدہ :- صبح جب بستر خواب سے اٹھو تو دیکھو کہ کون سا شہر چل رہا ہے۔

جس طرف کا سر چل رہا ہو اسی طرف کے ہاتھ کو چم کر اپنے منہ پر پھیر لو۔ اور دن بھر ہر  
 کام کی ابتدا اسی ہاتھ سے کرو کسی کو کوئی شے دو تو اس ہاتھ سے اگر حاکم کو عرضی دو تو  
 اسی ہاتھ سے اگر کوئی تحفہ پیش کرو تو اسی ہاتھ سے اس قانون کی پابندی کرنے سے  
 قائل ہو گا۔ چونکہ ہمارے یہاں کی تہذیب کا قاعدہ ہے کہ اس قسم کے کام داہنے ہاتھ سے  
 لئے جاتے ہیں۔ کوئی شے کسی کو دینا۔ سلام کرنا۔ عرضی افسر کو دینا یہ سب داہنے ہاتھ سے  
 ہی چاہئے۔ اس قاعدہ کے ماتحت جب ہم صبح اٹھتے تو بایاں سر چل رہا تھا اور قری (قو  
 اب دن بھر بائیں ہاتھ سے کام لینا دشوار ہے اس کے متعلق یہ قاعدہ ہے کہ دونوں  
 ہاتھوں سے پیش کرو۔ دامن ہاتھ تہذیباً ساتھ لگاؤ۔ مگر چیز بائیں ہاتھ میں ہی ہے  
 قاعدہ :- پیر۔ بدھو۔ جمہرات۔ جمعہ قری سر سے متعلق ہیں اور منیجر۔  
 اتوار۔ منگل شمسی سے متعلق ہیں۔ شمسی سر سے متعلقہ کام شمسی۔ نوں میں شروع  
 کرو۔ اور قری سر سے متعلقہ کام قری دونوں میں کرو۔ لیکن منگل کا دن نفس متاد  
 سے بھی متسوب ہے۔ یعنی تو ہر دو دو گھنٹہ کے بعد قری شمسی سر تبدیل ہوتے رہتے ہیں  
 لیکن صبح طلوع کے وقت اور دوپہر کو (صوائے کبرے) اور شام کو (خروج کے وقت)  
 اگر شمسی سر چل رہا ہو تو وہ دن بہت مسعد ہو گا۔ خوشی اور نفع ہی رہے گا۔

قاعدہ :- ابتدا میں جوتا یا عین قری شمسی سر کی بتائی گئی ہیں۔ وہ تاجین  
 قری ہیمنہ کی ہیں۔ علم النفس میں جس جگہ کوئی تائیخ آئے اس سے مراد چاند کی تائیخ ہوگی  
 اگر تیری ہندی اور کوئی تائیخ سے علم النفس میں کام نہیں لیا جاتا۔ ہاں اگر مطابقت  
 کرتے ہوئے پھر عام فہم بنانے کے واسطے اگر کوئی دوسرا تائیخ بتا دی یا لکھ دی  
 جائے تو کوئی حرج نہیں :-

قاعدہ :- اکثر ایسا ہوتا ہے کہ کوئی صاحب تحریر کے ذریعہ سوال کرتے ہیں۔  
 اب وہ سامنے نہیں کہ ان کے سر کا امتحان کیا جائے۔ اس لئے کاتب اور مدلل کو لازم

کہ سوال لکھتے وقت اپنے سر کا امتحان کرے۔ جو سر چلتا ہو یعنی جس سر میں سوال لکھا گیا ہو اس کا جواب لکھ دے۔ اگر خط میں کوئی حوالہ نہیں تو پھر عامل کا سر اس وقت قائم مقام سائل کے ہونے کا جو وقت سوال پڑھے اس وقت اپنے سر کو عامل دیکھ لے۔ جس جو سر چلتا ہو اس کے مطابق جواب دے۔ اگر کوئی ان قوانین کی پابندی کرے گا تو نفع سے خالی نہیں:

**قاعدہ :-** اگر کوئی صاحب باقاعدہ علم النفس کے ذریعہ سوال جواب دیتے ہیں یعنی بطور پیشہ اس کام کو کرتے ہیں یا کرنا چاہتے ہیں تو ان کو اپنی نشست گاہ ایسے قائم کرنا چاہئے کہ وہ اپنے اور بائیں دونوں طرف سے آدمی بغیر کسی ممانعت اور رکاوٹ اور تکلف کے آسکتے ہیں۔ اگر ایسی جگہ نہیں تو اپنی نشست ایسے موقع پر رکھیں کہ دائیں اور بائیں دونوں طرف آدمی حسب ضرورت بیٹھ سکتا ہو۔ اگر ایسی جگہ یا نشست ہے تو علم النفس کے ذریعہ سے جواب آسانی سے دیے جاسکتے ہیں اور تقریباً صحیح ہونگے۔ اب ایسی عام جگہ ہے کہ چال آدمی جس طرف چاہے بیٹھ سکتا ہے۔ اور کوئی سائل آئے اور چلتے سر کی طرف بیٹھ کر سوال کرے۔ خواہ کسی قسم کا ہو۔ بشرطیکہ بند سر کی طرف سے آئے ہو تو مقصد فوراً پورا ہوگا اگر بیٹھا نہ کھلے نکتے کی طرف ہے مگر بند نکتے کی طرف نہیں آیا تو کامیابی ہوگی مگر دیر میں

**قاعدہ :-** بعض آدمی بعض اشیاء نہیں کھاتے اور ان کا تجربہ ہے کہ ہم جب یہ شے کھاتے ہیں نقصان پاجاتے ہیں۔ مثلاً اکثر آدمی تیل نہیں کھاتے۔ اگر اتفاق سے تیل میں کچی ہوئی شے کھالیں تو ان کو زکام اور کھانسی ہو جاتی ہے۔ بعض اصحاب کبھی بعض اشیاء سے اس سال ہو جاتے ہیں علاوہ ازیں ایک تجربہ تو عام ہے وہ یہی شے جو آپ نے کئی مرتبہ یا بہت سی مرتبہ کھائی ہے اور کوئی نقصان اس نے نہ دیا بعض وقت وہ شے ایسا نقصان پہنچا دیتی ہے کہ ان کی تکلیف پاجاتا ہے۔ اس کے اسباب اور نفع نقصان کا قانون کھانا افراط متا ہے ہیں۔ نجوم سیاروں کے اثرات کو تسلیم کرتا ہے

لیکن واقعہ یہ ہے کہ یہ قوانین علم النفس کے ماتحت ہیں اور تجربہ نے ثابت کر دیا ہے کہ اگر علم النفس کے قوانین کی پروا کی جائے تو نقصان دینے والی شے نقصان نہیں دیتی بلکہ برعکس مفید و معالیٰ ہے۔ وہ قانون یہ ہے کہ گرم اشیاء عموماً اس وقت استعمال کر دے جب باہیاں یعنی قمریٰ شعلہ چل رہا ہو۔ اور سرد اشیاء اس وقت استعمال کر دے جب وہاں یعنی شمسی شعلہ چل رہا ہو۔ اس پابندی سے کوئی شے نقصان نہیں کرے گی اور جب آپ اس کے برعکس کریں گے یعنی گرم اشیاء شمسی شعلہ میں اور سرد اشیاء قمریٰ شعلہ میں کھائینگے وہ شے نقصان کر جائے گی۔ گو اس سے قبل فہم و فہمی رہی ہو۔

”قلم را نیست بخونری بیان را نیست پایانی“ علم کی کوئی حد نہیں جس علم پر انسان چاہے ہزاروں لاکھوں کتابیں لکھ سکتا ہے۔ سخن کی کوئی حد نہیں ہے۔ اگر میں چاہوں۔ ویکرم خدا، تو اس بیان کو طول دیتا جاؤں۔ لیکن میرے علم میں اس فصل کے ماتحت وہ چند قوانین پچھلے جنہوں کا رد و بار میں مدد و معاون ہو سکتے ہیں اور سچ تو یہ ہے کہ اگر ایک حرف نیست میں است ساری کتاب چھڑا کر کوئی ایک بات پر بھی عمل کرے تو مطالعہ کا عقائد اور تصنیف کی غرض ایک حد تک پوری ہو سکتی ہے۔ مگر عام طبائع اسی رنگ کی ہوتی ہیں کہ کتاب کا مطالعہ کریں اور طاق میں رکھ دیں۔

اگر مرد باہمت پیش ناواں بخوانی آیدت باز یچہ درگوش  
نگویند از سہ باز یچہ حرفے کز اوں پندے نگیرد صاحب ہوش  
میں نے اپنی بساط کے مطابق بہت کچھ کھدیا اور لکھ دیا۔ اب میں دوسری قلم و نفس کی بیان کرتا ہوں۔ و ما تو فیقی الا بالفتی۔

## باب دوم



بیان اسے جان برادر کہ علم النفس دو قسم پر منقسم ہے۔ قسم اول در سوال و جواب و  
 چگونگی کار و افعال و انجام و آغاز۔ قسم دوم متعلق عملیات و عبادات۔ اور یہ قسم کا طین  
 عالمین۔ صاحبین سے متعلق ہے مگر عوام کے واسطے بھی نفع سے خالی نہیں اس لئے کہ  
 بعض قوانین عملیات سے متعلق ہیں اور ہر عمل میں اثر زیادہ کرتے ہیں۔  
 ارباب بنش پر بھی نہیں کہ عمل اور طبیعت میں فرق ہے۔ وظیفہ کی غایت اور غرض  
 ثواب آخرت اور عبادت ہے اور عمل مخصوص کسی دنیوی مقصد پر ہوتا ہے۔ لیکن  
 نماز جو افضل ترین عبادت ہے۔ حکیم مطلق نے اس کے اوقات اور طریق نشست و  
 برخاست مقرر فرمادیئے ہیں اگر کوئی حکمت الہیہ اس تعین اوقات اور طریقہ نشست  
 برخاست میں نہ ہوتی تو سیدھا سادھا حکم دیدیا جاتا کہ جس وقت جی چاہے اور جس طرح  
 چاہو نماز پڑھ لو۔ مگر کرم و سجود کا تعین اور قیام و قعود کی تخصیص نے ثابت  
 کر دیا کہ رکوع اس حالت میں ادا ہوگا جب دو ناست ہو جائیں اور سجدہ جب  
 ہی ادا ہوگا جب ہم سر بسجود ہو جائیں۔ معاذم ہو اگر نشست و برخاست میں تعمیل یا  
 قبولیت ہے۔ جب تک ہم جھکیں گے نہیں رکوع ادا نہ ہوگا۔ اور جب رکوع نہ ہوگا



قوس کا نتیجہ (ثواب) بھی اٹھائے گا۔ ثواب خود کسی فعل کا اثر ہے اور ثواب جب ہی  
 ملے گا جب وہ فعل حسب قانون ادا ہو جائے گا۔ اگر حسب قانون ہر رکن ادا نہ ہو اور  
 غٹ ہو اور کوئی ثواب اس کا نہ ہوگا یعنی کوئی اثر نہ ہوگا۔ اسی طرح اوقات کی  
 بھی تقسیم ہے اگر ہر نماز معینہ وقت کے اندر پڑھیں گے تو اس کا اثر ہوگا۔ اگر وقت معینہ کے  
 اندر نہ پڑھیں گے تو اثر نہ ہوگا۔ ان ہی قوانین و باتوں پر فکر کرتے ہوئے عاملین نے دو  
 شرطیں عمل میں رکھی ہیں یعنی پابندی اوقات اور طریق نشست۔ مگر اگر لوگ اس  
 رکن حتم سے ناواقف ہیں۔ عملیات میں نہ وقت کی پابندی کرتے ہیں۔ نہ نشست کی  
 اور عالم نفس کا حصہ دوم ان ہی قوانین کی رہنمائی کرے گا۔

**نوٹ :-** عبادت شرعی میں جگہ کی تخصیص نہیں۔ یعنی تمام مسجد روئے زمین  
 جس جگہ جی چاہے نماز پڑھو۔ لیکن باوجود اس عمومیت کے پھر بھی خصوصیت ضرور ہے  
 مثلاً گھر میں نماز پڑھنے سے مسجد میں نماز پڑھنے کا زیادہ ثواب ہے۔ حالانکہ زمین  
 ایک ہی ہے۔ اسی طرح مسجد سے جامع مسجد اور علی المرتزب حرم کعبہ محرم سے  
 افضل ہے۔ لیکن آپ کہیں گے کہ یہ تو افضلیت ہے تخصیص نہیں۔ عمل تخصیص کرتا  
 ہے۔ میں عرض کروں گا کہ عمل میں تخصیص کی ضرورت ہے۔ عبادت عام ہے اور عمل خاص  
 لہذا عبادت میں شان عمومیت اور عمل میں شان خصوصیت پائی جائے گی۔ اس  
 بحث سے صرف اس قدر ثابت کرنا مقصود ہے کہ عمل میں نشست۔ پابندی وقت  
 تعین مقام خاص رکن ہیں اور ان ارکان کی پابندی سے عمل میں اثر پیدا ہوتا ہے  
 دو رکن یعنی مقام اور وقت یہ تو کوئی خاص شے نہیں جس پر زیادہ تفصیل سے بحث  
 کی جائے گی۔ تاہم بعض قوانین جو ذرا گہرے ہیں ان پر چلتی ہوئی نظر ڈالنے کی ضرورت ہے

### قسم اول

پابندی وقت سے مراد تارے کی ساعت بھی ہے اور مطلق ساعت بھی ہے اور

دو نول لڑی اپنی جگہ موثر اور قابل عمل ہیں۔ انہیں علم النفس میں پابندی وقت سے مراد  
 ساعت مطلق ہے۔ یعنی جدوت میں کل عمل کی تھا۔ آج بھی اسی وقت عمل کریں مثلاً  
 آپ دن کے دس بجے یا رات کے دس بجے ایک عمل شروع کرتے ہیں تو روزانہ سیدقت  
 کیا کریں اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے کس شمارے کی ساعت تھی اور آج دن کے  
 دس کس شمارے کی ساعت ہے۔ مثلاً دن کے دس بجے کل مرتبہ کی ساعت تھی اور آج مرتبہ کی  
 ہے لیکن ذلالت اور علم النفس میں ہی یہ پابندی ہے۔ عملیات عامہ میں بجائے وقت کے  
 شمارے کی پابندی کی جائے گی نہ اور اس طرح وقت کا تفاوت ہوتا رہے گا۔ یعنی اگر  
 آپ نے شمس کی ساعت میں کوئی عمل شروع کیا ہے تو روزانہ ساعت شمس میں ہی کرے  
 اس سے غرض نہیں کہ کل دن کے دس بجے ساعت شمس تھی اور آج دن کے پانچ بجے  
 ہیں۔ چونکہ مجھے عملیات کا بیان یہاں مقصود نہیں لہذا میں اس بحث کو ترک کرتا ہوں  
 اور علم النفس کا بیان کرتا ہوں۔ جو عمل بھی میں اس کتاب میں بیان کر دیتا ہوں اس کا وقت  
 دوسری رہے گا جواول دن تھا۔ اور جس جگہ سر کی شخصیں ہوں گی وہاں تفصیل کر دی جائیگی  
 لیکن تعین سے مراد سیکنڈ اور منٹ نہیں۔ چوبیس منٹ کی ایک گھڑی ہوتی ہے۔ لہذا  
 چوبیس منٹ تک اس کی تاخیر وقت میں داخل نہیں۔ لیکن ایک گھڑی تک کی تاخیر کر سکتے  
 ہیں۔ ابتدا نہیں کر سکتے۔ مثلاً ایک شخص نے رات کے دس بجے عمل شروع کیا ہے تو دوسرے  
 دن جب ضرورت ہو تو ۱۰ بجکر ۱۰ منٹ پر عمل نہ شروع کر سکتے ہیں۔ لیکن جب دس  
 بجے میں ۱۰ منٹ ابھی باقی ہیں تو عمل شروع نہ کریں۔ تاخیر ہو سکتی ہے۔ مگر تقدیر نہیں  
 ہو سکتی۔ ہاں دس منٹ کی تقدیر بھی ہو سکتی ہے۔ اس سے زیادہ تقدیم عمل میں نقصان  
 دہ ہے۔ لیکن ان دو اور پابندی کے باوجود ضروریات اور مجبوریات قابل معافی ہیں  
 آپ کو معلوم ہے کہ حالت اضطراب اور مجبوری کے وقت غلامی نے اپنے ذرائع  
 مباحات فرمائیں۔ نہ مرام کو حلال فرمادیا۔ نہ اگر تم لڑیں ہو یا سفر میں ہو تو روزہ مت

رکھو۔ اور جب محنت پر جانے یا پیچھ ہو جائے تو روزہ کی قضاء رکھ لو۔ ترجمہ قرآن پاک۔ یعنی  
 اگر آپ نے عذر شرعی کے سبب سے روزہ نہیں رکھا اور بعد سقوط عذر روزہ رکھا۔  
 تو یہ قضاء روزہ بھی قائم مقام ادا کے ہو گا۔ تمہارے اجر و ثواب میں کوئی کمی نہیں کچھ کمائی  
 لیکن جب باوجود محنت یا قیام کے آپ نے قضا نہیں رکھی تو آپ پر ترک فرض کا گناہ ہے اور  
 جو رعایت قدرت نے آپ کی مجبوری پر عطا فرمائی تھی وہ واپس لے لی جائے گی۔“  
 دوسرا قانون یہ ہے حرام کیلئے افتد قضا کرنے تم پر مردار اور خون اور سوراخ کا گوشت  
 اور جو سوائے خدا کے کسی دوسرے کے نام پر ذبح کیا جائے۔ لیکن اگر حالت اضطرار  
 ہو (اور تم ان میں سے کسی ایک کا حسب ضرورت استعمال کر لو) تو تم پر کوئی گناہ  
 نہیں جب حرام اشیاء اور فرائض خداوندی کا ترک حالت اضطرار میں قابل مواخذہ  
 نہیں۔ تو عمل کی پابندی کیاشتہ ہے۔ جسکو اثر قدرت شعل کر دے جبکہ بوجہ مجبوری ہم نے  
 اس کے کسی قانون کو غاصبی طریق پر ترک کر دیا ہے ان آؤ۔ اور شواہد کی روشنی  
 میں جو پابندی بوجہ مجبوری آپ سے نہ ہو سکے تو آپ کسی وقت ترک کر سکتے ہیں اور  
 اس سے عمل میں کوئی نقصان نہیں آتا۔ مثلاً آپ سو گئے اور وقت نکل گیا (جو وقت  
 آپ کے عمل کا معین تھا) یا کسی اور قاص مجبوری کی وجہ سے آپ وقت پر عمل نہ  
 کر سکے تو دوسرے وقت اس عمل کو کر سکتے ہیں اور وہ بے وقت بھی قائم مقام وقت کا  
 ہو گا اور اثر میں کوئی فرق نہ آئے گا۔ لیکن اگر آپ نے فقہاً وقت ترک کر دیا تو  
 عمل کے اثر میں فرق آجائے گا۔ اور یہ ایک عام قانون ہے۔ عملیات علم النفس پر ہی  
 معروف نہیں:

### قسم دوم

پابندی مقام واقعین منزل بہ یہ بھی عمل میں ضروری ہے یعنی جس جگہ آپ نے

پہلے دن عمل شروع کیا ہے۔ اگر تک اسی جگہ عمل کرتے رہو۔ اور حتیٰ الوسع اُس مقام کو تبدیل نہ کرو۔ بطور یہ پابندی بخوشی معلوم ہوتی ہے ہم جس جگہ بھی عبادت کریں وہاں عبادت اور اہم جاتیگی۔ عمل کا تعلق خدا سے ہے یا ملائکہ سے اور یہ کسی مقام سے مخصوص نہیں لیکن علماء و علماء اور عالمین نے بہت ہی غور و خوض کے بعد یہ فیصلہ دیا ہے کہ مقام کی تبدیلی سے اثرات عمل میں فرق آجاتا ہے اور اس میں چند نکات ہیں جن کی صحبت سے امکان نہیں کیا جاسکتا۔

دلیل اول۔ انسان یا حیوان۔ چرند ہو یا پرند۔ جن ہوں یا ملائکہ تمام اپنے مسکن مولد سے ماؤس اور مالوف ہیں۔ ترک وطن پر چند خاص قوتوں میں نقصان آجاتا ہے مثلاً محبت و شجاعت جو اپنے مسکن اور گھر پر ہوتی ہے۔ دوسری جگہ نہیں ہوتی جس جگہ جس عمل کی ابتداء ہوتی ہے۔ وہ ہی اس کا مولد اور مسقط الرأس ہوتا ہے اور اپنی تمام قوت حاصل کرتا ہے۔ دوسری جگہ تبدیلی میں کامل قوت نہیں رہتی۔

دلیل دوم۔ یہ امر اتفاق ثابت ہے کہ عمل کا تعلق ملائکہ سے ہوتا ہے۔ ملائکہ (متعلقہ عمل) اس مقام سے مشوب ہو جاتے ہیں۔ جہاں عمل کیا گیا ہے۔ لیکن جب دوران عمل میں جگہ تبدیل کی جائے تو فرشتے پریشان اور سر اسیمہ ہوتے ہیں تبدیلی مقام ان کو گراں ہوتی ہے اور تاثیر عمل میں فرق آجاتا ہے۔

دلیل سوم۔ جس جگہ عمل شروع کیا جاتا ہے۔ بخور کے سگنانے اور عطر وغیرہ کے استعمال سے اس جگہ کی آب و ہوا لطیف اور جراثیم سے پاک ہو جاتی ہے اور یہ امور بھی تاثیر عمل میں مدد و معاون ہوتے ہیں اور بھی چند باریک نکات تعین مقام میں ہیں جن کے ذکر کا یہاں محل اور موقع نہیں ہے۔ کیونکہ ان کا تعلق عبادات بدائی و جمالی سے ہے۔ عبادات علم النفس سے امکان تعلق نہیں۔ ہر حال تعین مقام ایک ضروری رکن

عمل کا ہے۔ لیکن بعض اصحاب ایسے ہیں جو ایک جگہ چند یوم رہتے ہی نہیں۔ بقولے سے ایک جا رہتے نہیں عاشق بدنام کہیں دن کہیں رات کہیں صبح کہیں شام کہیں تو ایسے اصحاب نہ پابندی نظام کر سکتے ہیں نہ کوئی عمل کر سکتے ہیں۔ ایسے اصحاب جن کا قیام عارضی رہتا ہو اور یقین نہ ہو کہ ہمارا قیام رہے گا تو ایسے صحابہ کے واسطے عاملین نے یہ قانون بنا دیا ہے کہ ابتدائی سے بجائے جگہ کے مصلیٰ اپنی بجلاؤ کہ مقام اور مکان تصور کریں۔ یعنی جب عمل شروع کریں تو پہلے دن سے یہ نیت کریں کہ میں اس مصلیٰ کو قائم مقام عمل بنانا ہوں۔ اب تبدیلی مقام میں نقصان نہیں۔ جس جگہ آپ یہ سجادہ بچھائیں گے وہ جگہ عمل کی ہوگی۔ لیکن یہ سمجھ لیجئے کہ سجادہ کو قائم مقام بنانا ان ہی لوگوں کے لئے کارآمد ہے جن کو اپنے قیام کا یقین نہ ہو جن اصحاب کو اپنے قیام پر اعتماد ہے۔ ان سجادہ کا یقین اچھا نہیں۔ سجادہ کی پابندی مجبوری کے لئے ہے۔ اصلی شے تو مقام ہی ہے۔ (مقام۔ مکان) ایک بات یہ معلوم کر لیجئے کہ ایک صاحب نے عمل اپنی جگہ شروع کیا۔ بظاہر سفر اور ترک وطن کے نہ کوئی آثار تھے نہ کوئی خیال۔ اچانک دورانِ عمل میں ترک وطن مقام کی صورت پیدا ہو گئی۔ تو ایسی حالت میں وہ ہی مجبوری اور معذور رہی اور حالت اضطرار پیدا ہو گئی۔ اور یہ معاف ہے۔ اس عمل میں فرق نہیں آتا۔ کیونکہ حالت اضطرار واجباً قابلِ حوزہ نہیں ہے۔

### قسم سوم

تیسری قسم شیعہ عمل ہے اور یہ تیسری مدت تک عملیات عالمِ انفس سے مخصوص ہے اور یہ فصل اسی قانون کا متعلق ہے۔ دو قسمیں جو پہلے بیان کر چکا (یعنی وقت مقام) وہ تو ہر عمل کا جزو ہے۔ لیکن قسم سوم یعنی نسبت عام نہیں۔ واضح ہو کہ نسبت

ان سانس پر بھی ہوتا ہے یعنی نشست کی تبدیلی پر سانس کی نوعیت اور رفتار میں فرق آجاتا ہے اور رفتار نفس ہی ہمارا مقصد ہے۔ لہذا طریق نشست قانون عمل میں نہیں بلکہ عین عمل میں داخل ہے۔ مادہ یقروائین کے قوت ہو جانے پر ان میں کمی آجاتی ہے خیال ہے۔ مگر نشست کے فرق میں اصل عمل میں ہی نقصان آجاتا ہے۔ چونکہ نشست مختلف ہے۔ یعنی انسان کئی طریقوں پر بیٹھ سکتا ہے۔ اس لیے ہر عمل کے لئے جدا گانہ نشست ہے اور میں یعون اللہ اس کی تفصیل بیان کرتا ہوں۔

یہ تسلیم شدہ امر ہے کہ انسان بلکہ تمام عالم چار عناصر سے مرکب ہے۔ آتش۔ باد۔ آب۔ خاک۔ طبعی نام سودا۔ صفرا۔ بلغم۔ خون ہے۔ دنیا کی کوئی شے ان عناصر سے بنی نہیں۔ بلکہ ہر عنصر خود چار عناصر سے مرکب ہے۔ یعنی آتش میں بھی باد۔ آب۔ خاک ہے۔ اور خاک میں بھی آب۔ باد۔ آتش موجود ہے۔ اور یہ تقسیم ایک ایسی مسلسل تقسیم ہے جس طرح دائرہ کی تقسیم آغاز و انجام سے نابالغ ہے۔ حالانکہ اس دائرہ کا آغاز و انجام تھا۔ دائرہ کی صفحے والا صرف اسے تصور میں آغاز و انجام رکھے ہوئے ہے۔ اور اسے معلوم ہے۔ لیکن دنیا کی کوئی دوسری طاقت دائرہ کا آغاز و انجام معلوم نہیں کر سکتی۔ بہر حال شمسی اور قمری تھروں میں بھی ان عناصر کی شمولیت ہے اور اس کی تقسیم ذہنی یہ ہے کہ جب سانس تبدیل ہوتی ہے (شمسی قمری سے یہاں بحث نہیں) تو پہلا حصہ آتش کا دوسرا حصہ باد کا۔ تیسرا آب کا۔ چوتھا خاک کا چونکہ تبدیلی نفس کا کوئی خاص قانون نہیں۔ بلکہ عوارض جسمانی اور حوادث آسمانی اور آفات ارضی کا اثر نفس پر پڑتا ہے اور ہر وقت سے قبل بھی (دیکھئے) سے قبل اثر تبدیل کر لیتا ہے۔ تاہم میں ایک ضابطہ لکھتا ہوں اور دلائل کو میں ہر سر کی مقدار دیکھتے مقرر کرتا ہوں۔ چنانچہ چار پر تقسیم کرنے سے

ہر غفر کے حصہ میں ۳۰ منٹ آتے ہیں۔ جس کا نتیجہ یہ نکلا کہ جب متر تبدیل ہوتا ہے تو منٹ  
 پہلے آتش کے۔ بعد ازاں باد کے۔ بعد ازاں آب کے۔ بعد ازاں خاک کے۔ یہ دور  
 دائمی آبادی۔ یہ غریبہ کوئی یقینی نہیں ہے اس میں تصور تبدیل اور کم و بیش ہوتا رہتا ہے  
 اس جگہ میں آپ کی توجہ اس کتاب کے ابتدائی حصہ کی طرف کیجیانا چاہتا ہوں۔  
 جہاں میں نفس کو تیار گان پر تقسیم کیا تھا۔ اور تین ستاروں کا بیان میں کر چکا تھا اور  
 بقایا چار ستارگان رہ گئے تھے ان کے متعلق میں نے اعلان کیا تھا کہ آخری کتاب میں ان  
 ہر چار ستارگان کی بحث کر دوں گا۔ لہذا قسم سوم یعنی نشست میں اس کی بحث آئے گی  
 اب آپ اس کتاب کے ابتدائی حصہ میں تقسیم ستارگان پر نظر ڈالئے جو یہ ہے۔ اور  
 میں بنظر سہولت دوبارہ مختصر شرح کرنا ہوں۔ صحیح آئے کبریٰ۔ مروج۔ غروب۔  
 مشرقی۔ جب سانس سیدھے تنفہ سے آئے تنفہ کی طرف منتقل ہو تو ابتدائی حصہ  
 وصل۔ جب سانس آئے تنفہ سے سیدھے تنفہ کی طرف رجوع کرے۔ زہرہ۔ ایک  
 تقسیم اور بھی ہے جس کا ذکر اسی کتاب میں کسی جگہ کر دیا ہے مگر وہ تقسیم اور علیحدہ سبق سے  
 متعلق ہے۔ یہاں اس تقسیم سے کام لیا جائے گا۔ میں نے ابتدائی حصہ میں بیان کیا  
 ہے کہ تین سر تو نمایاں ہیں۔ یعنی شمسی۔ قمری۔ عطارد۔ اس میں کسی غور و خوض اور  
 تفکر و تدبر کی ضرورت نہیں۔ نہ کسی تعلیم و تعلو کی حاجت۔ البتہ ان چار ستارگان کی  
 ساعت معلوم کرنے کے لئے دو قاعدے ہیں۔ جن میں سے ایک قاعدہ اسی کتاب میں  
 دوسری جگہ بیان کر چکا ہوں۔ لیکن وہ قاعدہ ان ہی احباب کے کام کا ہے جو ضبط  
 نفس کا حساب رکھتے ہیں۔ اگر ہمیں کسی وقت بھی معلوم کرنا ہے کہ اس وقت جو سانس  
 چل رہی ہے وہ کس غفر سے متعلق ہے تو اس کا طریق یہ ہے کہ آپ ایسی جگہ سکون سے  
 لیٹتے جہاں ہوا مطلق نہ ہو۔ کبوتر یا کسی اور نیند سے پرندے کا بار یک پر لیجئے۔ یا  
 روٹی کو پاشائی کر کے اپنے تنفہ کے سامنے رکھئے اور دیکھئے کہ ہوا کا اثر ڈناک کے

نتیجہ ہے ہوا اکل رہی ہے اس سے مراد ہے کتنی دور پہنچ رہا ہے۔ لیکن آپ قصداً  
 زور سے سانس نہ نکالیں بلکہ جس طرح سانس لے رہے ہیں اسی طرح سانس نکال کر  
 (نتیجہ سے) دیکھیں کہ روٹی یا تر آ رہا ہے یعنی سوا کے اثر سے متحرک ہوتا ہے۔ پس  
 جن جگہ متحرک ہو اس جگہ کو خوب سمجھ کر کے ناپائے اگر نتیجہ سے وہ جگہ ایک گراہ ہے  
 تو آتش۔ دو گراہ کا فاصلہ زیادہ۔ اگر تین گراہ کا فاصلہ ہو تو آب۔ اگر چار گراہ کا  
 فاصلہ ہو تو فاکا شمس ہوا گا۔ بعض اوقات آپ اس میں الجھیں گے یعنی آپ  
 امتحان کر رہے ہیں۔ لیکن نفس شمسی بظاہر چل رہا ہے لیکن امتحان میں آئی۔  
 بادی۔ فاکا۔ آیا۔ تو اب آپ اسے کیا کہیں گے۔ نتیجہ تو شمسی چل رہا ہے لیکن  
 فاصلہ دو مراکز پر ہوا ہے تو اب آپ حیران ہو گئے کہ اسے شمسی درگم (یا آبی  
 درگم) کہیں۔ میں عرض کروں گا کہ ذات تو شمس ہی رہی لیکن صفت آبی یا  
 فاکا ہو گئی۔ اور یہ ایک طویل بیان ہے یہ مختصر رسالہ اس طویل بحث کا تحمل نہیں  
 اور نہ عام طریق پر اس بحث کی ضرورت پڑتی ہے۔ جن ارباب فہم و ذکا کا دلوں  
 اس حد تک پہنچے گا وہ اپنی عقل و اداد سے یہ بھی معلوم کر لیں گے کہ ایک صفت  
 دوسری صفت میں مدغم ہو جاتی ہے۔ جس طرح مشتری باوجود سعد ہونے کے بعض  
 گھروں میں اپنا اثر اور اپنی صفت عدم کر لیتا ہے۔ لیکن ذات قائم رہتی ہے اسی طرح  
 زحل باوجود کج صفت کے بعض مقام پر اپنی طبیعت بدل لیتا ہے۔ لیکن ذات وہ  
 ہی رہتی ہے۔

ایک محقق نے ایک اور شناخت بیان کی ہے جس سے مجھے اتفاق نہیں۔ اس لئے  
 کہ یہ شناخت ہی ایسی ہے جیسے شناخت کرنا بجائے خود ایک معما ہے تاہم میں بیان  
 کئے دیتا ہوں۔ ایک آئینہ صاف شفاف ہو اور ناک کے نقصانوں کے قریب لاکر  
 خوب زور سے سانس اسپرڈالو۔ بخارات آؤں گے آئینہ پر جم جائیں گے اور آئینہ دھندلا



ہو جائے گا۔ اس بخار سے جو دھندلا پن آنکھ پر پڑے گا۔ اس شکل کو خوب غور سے دیکھو  
اگر وہ شکل منکبت سے معلوم ہو تو آتش تھر ہے اگر دوسرے شکل دائرہ ہے تو بادی۔ اگر لکڑی  
تھمیر یا ہلال ہو تو آبی۔ اگر مربع ہو تو خاکی تھر نشور کرو۔

**قاعدہ ۳:-** آنکھ کی چار رنگ لیاں دائرہ نخود کی برابر اسکو مختلف چار رنگوں  
میں رنگ لو۔ ایک سفید رہے۔ دوسری زرد۔ تیسری سبز۔ چوتھی سرخ۔ یہ رنگ لیاں  
جیب میں یا کسی برتن میں ڈال لو۔ اب جس وقت معلوم کرنا ہو کہ اس وقت کون سا  
عنصر ہے تو بے دیکھے ہوئے ایک گولی نکالو۔ جس رنگ کی گولی ہاتھ میں آجائے وہ عنصر  
اس وقت ہو گا۔ اگر سفید گولی نکلے تو آبی۔ سرخ نکلے تو آتش ہے۔ سبز نکلے تو بادی ہے  
زرد نکلے تو خاکی ہے۔

**قاعدہ ۴:-** دھوپ میں آنکھیں بند کر کے کھڑے ہو جاؤ اور غور کرو کوئی  
رنگ آنکھوں کے سامنے فضا میں رقص کرتا ہوا چشم تصور سے نظر آئے گا۔ بس جو  
رنگ نظر آئے وہ ہی عنصر اس وقت غالب ہے۔

**قاعدہ ۵:-** ہر دو قاعدہ بالا (گولیوں والا اور آنکھیں بند کرنے والا) پر  
خوب دو تین دن مشق کرو۔ مشق سے بغیر غلط ہوئے آپ اندک وقت میں غالب  
عنصر کو معلوم کر لیں گے اور ایک امتحان اس طرح کرو کہ کسی سے اپنے گھر میں کہیں  
کہ وہ چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لے لے۔ اسے بتادو کہ ان  
چار رنگوں میں سے کوئی رنگ اپنے دل میں لو۔ جب وہ رنگ لے لے تو آپ  
اپنی مشق سے بتادیں گے کہ فلاں رنگ لیا ہے۔ ممکن ہے کہ ابتداء میں دو ایک  
مرتبہ غلطی ہو مگر مشق سے آپ صحیح بتا دیا کریں گے۔

**قاعدہ ۶:-** جیسا کہ میں نے شروع باب میں عرض کیا ہے کہ یہ فضل باب العلیا  
ما تحت علم النفس ہے۔ اور اس وقت تک جو بیان کیا گیا یہ سب قوانین تھے۔ اب

میں عملیات کے چند قواعد بیان کرتا ہوں۔ لیکن آپ ان کو معمولی یا سطحی نہ جانیں بلکہ یہ ایک سائنس ہے جسے نتیجہ اور بے اثر نہیں ہو سکتے۔ جس طرح آگ سے کسی شے کا گرم ہو جانا ایک بدیہی بات ہے اور ناممکن و محال ہے کہ ہم پانی کے نیچے آگ جلا لیں اور پانی گرم نہ ہو۔ اسی طرح یہ بھی ناممکن اور محال ہے کہ علم النفس کے تحت کا کوئی عمل کیا جائے اور اس میں اثر نہ ہو۔ ہاں خدا ہے قادر و توانا کو اختیار ہے کہ وہ آگ کی گرمی اور پانی کی سردی معطل کر دے لیکن وہ فطرت تبدیل نہیں کیا کرتا۔ اس لئے کبھی نہیں ہوا کہ آگ کی گرمی زائل و باطل ہو جائے۔ اسی طرح کبھی نہیں ہو سکتا کہ علم النفس کے تحت کا عمل باطل ہو جائے۔ ہاں اگر کوئی نادان جگنہ کو انگارہ۔ اور سرخ کپڑے کے ٹکڑے کو آخر جان کر آگ کا کام لینا چاہے تو وہ اس اثر میں باطل ہوگا۔ ہر سرخ شے آگ کا انگارہ نہیں۔ گو کوئی نادان لاعلمی سے اسے آگ کہہ دے۔

اب میں ایک نکتہ واضح اور صحیح طریق پر بیان کرتا ہوں۔ یہ طریقہ میں نے دوسری کتابوں میں بھی دیکھا ہے مگر نام عام ہے۔ میں نہیں کہہ سکتا کہ ان اصحاب نے قصداً ضروری نکتہ چھپا لیا۔ یا ان کی رسائی اس تک نہ ہوئی۔ تاہم میں مکمل اور مفصل بیان کرتا ہوں اور دعوت عام دیتا ہوں کہ آپ میری تحریر پر عمل کریں اور اس قدرتی اور حقیقی علم سے فائدہ حاصل کریں۔ میں شمسی اور قمری اثر چلنے کی تاریخیں تو ابتدائے کتاب میں بیان کر آیا ہوں لیکن مکرر عرض ہے کہ چاند کی م۔ ۵۔

۶۔ ۱۰۔ ۱۱۔ ۱۲۔ ۱۳۔ ۱۴۔ ۱۵۔ ۱۸۔ ۲۲۔ ۲۳۔ ۲۴۔ ۲۵۔ ۲۶۔ ۲۷۔ ۲۸۔ ۲۹۔ ۳۰۔ ان تاریخوں میں طلوع آفتاب کے وقت شمسی یعنی داہنا نصف چلتا ہے۔ ان تاریخوں میں آپ ایسا کریں کہ طلوع آفتاب کے وقت یعنی جب آفتاب طلوع ہو چکا ہو تو اپنی نگاہ آسمان کی طرف لگا دیں یعنی ٹکلی باندھ کر بغیر ملک جھپکے آسمان کو دیکھیں

مطلوع آفتاب سے نظر شمار دہنی طرف دیکھنا شروع کریں۔ اگر آپ عین آفتاب کی طرف نظر لگائیں گے تو آفتاب کی چمک بھارت کو خیرہ کرے گی۔ اس لئے آفتاب پر نظر نہ کریں۔ بلکہ دہنی طرف نظر کر مٹا دیں یعنی جنوبی حصہ کو دیکھنا شروع کریں جب نظر بالکل ٹھنک جائے تو ہلک مار لیں۔ یہ شق آپ پندرہ منٹ کریں۔ چونکہ درمیان میں قمری شعلے کی تاریکیاں آئیں گی۔ اس لئے قمری تاریکیوں میں مشق مغرب کی طرف کریں۔ اب یہاں یہ سمجھ لیں کہ یکم۔ دوم۔ سوم کو قمری تاریکیوں میں سان تاریکیوں مشق شروع نہ کریں۔ بلکہ ۴ سے شروع کریں۔ ۴-۵-۶ کو جنوبی حصہ پر نظر جائیں ۷-۸-۹ کو مغرب کی طرف نظر جائیں۔ پھر ۱۰-۱۱-۱۲ کو بدستور مشرق کی جنوبی حصہ پر اسی طرح تیس دن عمل کریں۔ آخر میں یکم۔ دوم۔ سوم قمری تاریکیوں میں ۴-۵-۶ سے شمس آجائیگی۔ ایک یہ بات یاد رکھیں کہ مشرق کی طرف پندرہ منٹ کرنا رہ کر دیکھیں اور مغرب کی طرف اسی طرح روزانہ مشق کرتے رہیں۔ پندرہ منٹ کی مشق بتائی ہے لیکن شوق تماشا اور ذوق تماشا اگر آپ کو محبوب نہ کرے تو آپ اس سے زیادہ دیر تک دیکھا کریں۔ جب آپ مشق شروع کریں گے تو تیسرے دن آپ کی نگاہوں میں ایسا منظر پیش ہوگا کہ ایک دریا ہے جو ہمیں مار رہا ہے۔ بعد ازاں آپ کو رنگ رنگ کے ٹکڑے ادھر سے ادھر چلتے پھرتے نظر آئیں گے۔ یہ رنگین مجسمہ کیا ہیں۔ فدا ہی بہتر جانتے ہیں۔ یہ فرشتے ہیں یا رنگینی لگا ہے۔ اس کے بعد جو منظر پیش ہو نا شروع ہوگا وہ حال ہے۔ قال نہیں ہے۔ میں اسے بیان کرنے سے مجبور ہوں۔ صاحب مشق خود دیکھ لے گا کہ کیا ہو رہا ہے اب آپ کی نگاہ میں وہ طاقت ہے کہ جو دیکھے گا اسپر ہیبت طاری ہو جائیگی انگلیں سرخ ہو کر آگ کے شعلے کی طرح دھکنے لگیں گی۔ کوئی شخص آپ سے آنکھ نہیں ملا سکتا۔ آنکھ ملاتے ہی اس کا دل ہیبت سے کانپ جائیگا اور بعد ازاں

نظر میں وہ طاقت ہوگی کہ اگر آپ پتھر پر نظر جائیں گے تو وہ جگہ سے اٹھ جائے گا  
 اور جس چیز پر نظر جائیں گے وہ مال سے بے حال ہو جائیگی۔ جو کچھ عالم میں ہے وہ تیر  
 نظر ہوگا۔ اور اب آپ کی نگاہ آسمان کے پار ہو جائیگی۔ ایک بات اور یاد  
 رکھئے کہ مشق شروع کرتے سے قبل دیکھ لیا کریں کہ آیا اثر متوافق تاریخ کے چل رہا  
 ہے۔ یعنی اگر قریب یا دُور میں تو بایاں تھا چل رہا ہے تو اس کو موافق کر کے مشق شروع  
 کریں۔ اگر متر خلاف چل رہا ہے تو کامیابی نہ ہوگی۔ متر تبدیل کرنے کا قاعدہ بیان  
 کر چکا ہوں۔ یہ بات بھی یاد رکھیں کہ مشق چلنے کی مینعاد دو گھنٹہ تک ہے۔ آفتاب  
 نکلنے سے دو گھنٹہ تک کسی وقت میں پندرہ منٹ اس عمل کو کر لیا کریں۔ پندرہ  
 منٹ سے زیادہ آپ کی زائے اور شوق پر منحصر ہے کسی میدان یا ادھی جگہ پاس عمل  
 کیا کریں۔ تاکہ آسمان کا پچھلا حصہ زیر نظر ہو۔ مشق سے قبل کچھ ناشتہ ضرور کر لیا کریں  
 جانی پریٹ مشق نہ کیا کریں۔ لیکن پیٹ زیادہ بھی نہ بھرا ہو کہ سانس لینا دشوار ہو  
 آسمان پر نظر چلتے وقت جس دم کیا کریں یعنی سانس کو اس قدر روکا کریں کہ جبکہ  
 قوت ہے۔ سانس بھی نہ کی رہے اور نظر بھی نہ جھپکے جب تک سانس اور نظر تک  
 نہ چلے۔ سانس لینے اور نظر چھپکنے کی ممانعت نہیں ہے لیکن بار بار سانس لینے  
 اور نظر چھپکنے کی اجازت بھی نہیں ہے۔ یہ معمولی مشق ہے۔ لیکن اس علم کا پتہ  
 ہے اگر آپ نے اس پر عمل کیا تو آپ دیکھیں گے کہ کس قدر طبعی قوت آپ کے اختیار میں ہے  
 اس مسئلہ یہ رہ گیا کہ جب تک اس مشق کو جاری رکھیں۔ یہ آپ کے ذوق پر منحصر ہے۔  
 جب تک آپ کا ذوق متمنی رہے آپ کرتے رہیں۔ اور جب تک مشق کرتے رہیں گے۔  
 آپ کی قوت روز بروز بڑھتی چلے گی۔ آپ کی نظر میں قوت پیدا ہو چکی ہے لیکن  
 کسی وجہ سے آپ آئندہ مشق جاری نہیں رکھ سکتے تو آپ ایک کیا کریں کہ ہمت میں  
 صرف ایک دن مشرق پر نظر چالیا کریں اور ایک مرتبہ مغرب پر۔ یہ قوت جو پیدا ہوگی

ہمیشہ ہمیشہ قائم رہے گی۔ گو میں تقریب کر آیا ہوں۔ لیکن منظر احتیاط پھر گزارش ہے کہ  
تاریخوں سے مراد چاند کی تاریخیں ہیں۔ اگر نیری یا ہندی تاریخوں سے غرض نہیں کسی  
دن ابر جو یا کوئی اور واقعہ آسمان پر ہوتا آپ کی مشق کو مانع نہیں۔ یہ بھی اجازت  
ہے کہ آج آپ نے کسی وقت مشق کی ہے۔ کل کسی وقت کی ہے۔ اس میں کوئی حرج نہیں  
ہاں دو گھنٹہ کے اندر رہے دو گھنٹہ کے بعد پھر مشق کا وقت نکل چکا لیکن اگر کسی  
مجبوری سے پہلا وقت نکل چکا ہے تو دوسرے وقت مشق کر لیں۔ مہیا کہ میں عرض  
کر چکا ہوں۔ ہر دو گھنٹہ میں تبدیل ہوتا ہے۔ دوسرے وقت اس سر کی راحت  
میں عمل کریں۔

اب میں ان عملیات کو بیان کرتا ہوں جو سائنس میں اور جن کا اثر یقینی ہے  
برائے تغیر و حسب۔ پہلے یہ معلوم کرو کہ دنیا میں دو قسم کے کام ہیں۔ پہلا اپنی ذات کو نفع  
پہونچانا اور کسی دلی مقصد کو حاصل کرنا۔ دوسرے کسی کو نقصان پہونچانا جسکو  
اصطلاح میں حسب و بعض کہتے ہیں۔ پہلے مقصد کے لئے قمری قمر میں عمل کرو۔ اور  
دوم کے لئے شمسی قمر میں۔ قمری قمر کی نشست پانچویں مار کر بیٹھنا ہے اور شمسی قمر کی  
نشست دوازدہ مار کر بیٹھنا ہے جس طرح نماز کے قدرہ میں بیٹھتے ہیں۔ آپ نشست کو  
بے اثر نہ جائیں۔ اس میں خاص اثر ہیں۔ قمری قمر کا رخ مغرب ہے اور شمسی قمر کا رخ مشرق  
ہے۔ جب قمری عمل کریں تو مغرب کی طرف منہ کریں اور شمسی عمل میں مشرق کی طرف منہ کرے  
شمسی عمل اس وقت کریں جب شمسی سر پہل رہا ہو۔ اور قمری اس وقت کریں جب قمری  
سر پہل رہا ہو۔ اگرچہ میں چند شاخیں بیان کر چکا ہوں کہ جس سے سیارگان کی نشست  
معلوم ہو سکے۔ مگر آپ ان جھگڑوں میں نہ پھریں۔ جو حساب سیارگان کا میں بتا چکا  
ہوں وہ نقشوں کے حساب سے آپ اس پر عمل کریں۔ اور میں در بیان میں بھی بتاتا  
چلاؤ گا۔

**قاعدہ ۱۔** عملِ حجب۔ جب سانس پالنے سے سیدھے نکلنے کی فکر  
 ایک نوید زہرہ کا وقت ہے۔ آپ عملِ حجب اس وقت شروع کریں اور سیدھا سادھا  
 وقت یہ ہے کہ جب غروب آفتاب میں تیس منٹ باقی رہیں یہ وقت خاص شری کا  
 ہے۔ اس وقت عمل شروع کریں۔ عمل یہ ہے کہ پالتی مار کر اطمینان سے بیٹھیں مطلوب  
 نام ایک کاغذ پر لکھ کر اپنے سامنے رکھیں اور نظر آسپر جائیں۔ اگر مجھوب کی تصویر  
 آپ کے پاس ہے تو وہ سامنے رکھیں۔ تصویر پر عمل کا اثر بہت تیز ہوتا ہے۔ اگر  
 تصویر نہیں تو مجھوب نام کافی ہے۔ اگر موقع ویسا ہے کہ نام بھی معلوم نہیں تو تصور  
 مطلوب کا کریں۔ اور اس کی صورت کا نقشہ تصور سے سامنے رکھیں۔ اب بعض  
 مواقع ایسے بھی ہوتے ہیں کہ مطلوب کو دیکھا بھی نہیں ہے تو صرف تصور کریں۔  
 اطمینان سے پالتی مار کر بیٹھ گئے اور نام یا تصویر یا تصور مطلوب کا سامنے ہے۔  
 اب ایک لمبی سانس اندر کر لیں اور تصور کریں کہ مطلوب میری سانس کے ساتھ  
 کچھ آیا اور میرے قلب میں ہلا گیا۔ اب سانس کو روکیں۔ جب قدر قوت ہو۔ اب  
 آہستہ آہستہ سانس کو باہر نکالیں۔ دو ایک سانس چھوٹی چھوٹی گئے کہ پھر ایک  
 لمبی سانس اندر کر لیں۔ اور تصور وہ ہی رہے کہ مطلوب میری سانس کے  
 ساتھ کچھ رہا ہے۔ اسی طرح مشق کرتے رہیں۔ یہاں تک کہ آفتاب غروب  
 ہو جائے۔ آفتاب غروب ہونے پر شق ترک کر دیں۔ بس عملِ کامل ہو گیا۔ گو  
 اس میں کسی کلمہ کلام پڑھنے کی ضرورت نہیں۔ تاہم اگر امداد کے لئے یہ عمل بھی  
 نفس اندر کو کشید کرتے ہوئے پڑھ لیا کریں تو نفع سے خالی نہیں۔ مگر یہ آپ کی  
 رائے پر منحصر ہے اور ہر مرتبہ بھی ضرورت نہیں کسی مرتبہ پڑھ لیا کسی مرتبہ  
 ترک کر دیا۔ عمل یہ ہے۔ **یا تَبَّهَ النَّفْسُ الْمُطَهَّرَةُ** (حجی ۱) **لَا رِبَّكَ**  
**مَاضِيَةً مِّنْ فُتَيْتَةٍ خَادِجِي**۔ (پارہ ۳۰۔ سورۃ الفجر) نفس کو

اندر کشید کرتے ہوئے اس عمل کو پھر ہمیں کوئی تعداد اس کی معین نہیں۔ منہ مشرق کی طرف ہو۔ چند روز میں مطلب آتش محبت سے بھر لک آئے گا۔

**قاعدہ :-** جب کیلئے دو سہ طریق یہ ہے۔ کہ جب دستور بالقی مار کر بیٹھیں اپنے دونوں ہاتھ آگے کی طرف پھیلا دیں۔ جس طرح کسی کو آنکھوں میں لینے کے لئے پھیلاتے ہیں۔ ایک گہری سانس۔ بہت گہری جس قدر ممکن ہو اندر کی طرف کشید کریں۔ اپنے دل کو تصور میں لائیں اور یہ نقشہ پیدا کریں کہ میرا دل بجائے ایک کے دو ہیں۔ جب تک سانس روکنے پر قادر ہوں یہ تصور پیدا کریں۔ جب دم گھٹنے لگے۔ سانس باہر نکال دیں پھر دوبارہ اندر کو کشید کریں۔ اندر کی طرف کھینچتے ہوئے یہ تصور کریں۔ ابتدا میں شاید تمام تصور کا نقشہ نہ جم سکے لیکن دو بار دن کی مشق میں مکمل نقشہ تصور کے ساتھ جم جایا کرے گا۔ اور چند روز کی مشق میں مطلب بیکار ہو جایا کرے گا۔ یہ دستور دل جو آپ تصور سے اپنے دل میں پیدا کریں گے۔ حقیقتاً محبوب کا دل ہوگا۔ یہ قاعدہ بہت عجیب ہے۔ میرے فائدان کے بزرگ اس سے اکثر کام لیتے رہے ہیں۔ اور میں بھی اس سے ایسا اوقات کام کر لیا کرتا ہوں۔

**نوٹ :-** جو ایام تاروں کے علم نجوم سے معین کئے گئے ہیں وہ ہی ایام نفوس ہیں۔ کیونکہ جب نفوس کو سیارگان سے منسوب کر دیا تو تاروں کے جو مناسبات نجوم میں معین ہیں وہ دستور پیدا ہو گئے۔

**نوٹ :-** اعداد میں قسم کے ہیں۔ اول وہ کہ جن کا نصف کامل ہو اور آخر تک کامل رہے۔ جیسے ۱۴ - ۸ - ۴ - ۲ - ۱ اس قسم کے اعداد قمری ہیں ۲ و ۴ و ۸ و ۱۴ ہیں کہ ابتدا میں دو پر تقسیم ہو سکتے ہیں۔ لیکن جب اس کے حصہ کر دیئے ہیں۔ تو قابل تقسیم نہیں رہتے۔ مثلاً ۱۲ - ۶ - ۴ - ۱۸ - ۱ اس قسم کے اعداد سورج سے متعلق ہوتے

ہیں۔ تیسری قسم وہ ہے کہ جو ابتدا ہی سے قابل تقسیم نہیں ہوتے جیسے ۱۱ اور ۱۳  
 ۱۷ وغیرہ اس قسم کے اعداد نفس تشاویہ سے مشروب ہیں۔ میں ایک خاص نکتہ  
 تفسیر کا بیان کرتا ہوں۔ یہ ایسے راز ہیں جو شاید کسی کامل سے سالہا سال کی مدت  
 میں مل سکتے یا آپ رقم کثیر خرچ کرتے۔ یہ بات ظاہر ہے کہ جب کوئی بات کتاب  
 میں عام طریق پر آجاتی ہے تو لوگوں کی نگاہوں میں وقت کم ہو جاتی ہے۔ عام  
 طریق پر یہ ہی مشہور ہے کہ کتابوں میں غیب شپ ہوتی ہے۔ اصل بات کو  
 لوگ سینوں میں پوشیدہ رکھتے ہیں۔ یہ بالکل صحیح ہے۔ لیکن کتاب میں آجائے تو  
 آپ اس عمل کو بے قدر نہ جانیں۔ میں کتاب میں محض اس لئے درج کر رہا ہوں  
 کہ اب میرا وقت آخیر ہے۔ میں قبر میں پاؤں لٹکائے بیٹھا ہوں مثل مشہور ہے۔  
 ”نہ مرے تو بڑھا ہو کر مرے“ جو ان کی زندگی کی امید ہے (چاہے وہ کل ہی  
 کسی ماہ کے میں مر جائیں) لیکن بڑھے کو تو کوئی امید نہیں (چاہے وہ برسوں  
 زندہ رہے) میں اپنی بد اعمالی اور سیہ کاری پر نادم ہوں۔ میرے پاس کوئی  
 عبادت نہیں جس سے مجھے بخشش کی امید ہو۔ میں نے جو کچھ حاصل کیا۔ یا جو  
 کچھ میرے بزرگوں کا سراپہ ہے یا جو کچھ میرے تجربات ہیں۔ یا جو کچھ عالم غیب سے  
 اتفاق ہوا ہے وہ سب میں نے اپنی کتابوں میں بغیر کسی نکتہ کے چھپائے بیان کر دیا  
 ہے۔ محض اس امید پر کہ شاید اللہ تعالیٰ میرے عملیات سے کسی مجبور اور رئیس کو  
 کامیاب فرمادے اور وہ میرے حق میں دعا کرے اور اللہ تعالیٰ اس کے صدقے میں میری  
 نجات فرمادے۔ چونکہ میں فالسفۃ لہ تعالیٰ پر عملی تجربہ کر رہا ہوں۔ کوئی معاوضہ  
 یا اہل میں نے نہیں لیا ہے۔ اس لئے مجھے کسی نکتہ کے چھپانے کی بھی ضرورت نہیں  
 شاید آپ کا خیال ہو کہ کتاب قیمت سے فروخت کی ہے پھر فالسفۃ لہ تعالیٰ کہاں  
 میں عرض کروں گا کہ میں نے کتاب کی قیمت وہ ہی لی ہے جو تقریباً امیر لاکھ آئی



ہے۔ میں نے کاغذ لکھائی۔ چھپائی کی قیمت لی ہے۔ عملیات کا کوئی معاوضہ نہیں  
 لیا۔ اگر میں عملیات کا معاوضہ لیتا تو یہ ہی نکتہ تسخیر کا جو میں اب بیان کر رہا ہوں  
 ہزار روپے میں بھی اڑاں ہے۔ یہ عمل نہیں ہے بلکہ عملیات کے خزانہ کا ذخیرہ  
 گوہر ہے آپ اسکی قدر کریں۔ اگر آپ برسوں میری خدمت کرتے۔ میکڑول روپے  
 خرچ کرتے اور میں خاص انداز سے اس عمل کو آپ کے کان میں کہتا ہزاروں  
 احسان رکھ کر اسوقت آپ کا اعتقاد کامل ہوتا۔ اب جو میں بے ناگے۔ بے کسی کے  
 طلب کئے ہوئے۔ اپنی خوشی سے کتاب میں درج کر رہا ہوں تو بعض لکھا ہوں  
 میں اسکی وقعت نہیں رہی۔ لیکن مجھے اپنے کام سے کام ہے۔ پونچا دینا میرا کام  
 ہے۔ عمل کرنا یا نہ کرنا آپ کا کام ہے اور عمل میں تاثیر کامل و عطا فرمانا خدا کے  
 ذوالجلال کا کام ہے۔ اب اس عمل کی تشبیح اور توضیح غور سے معلوم کرو۔ مطلقاً  
 اور اپنے نام کے اعداد ابجد قمری سے اسوقت استخراج کرو جب قمری نمبر مل  
 رہا ہو۔ اور ان اعداد کو بطریق استنطاق جمع کرو۔ مگر عشرات تک عشرات کو  
 جمع کر کے اعداد کی صورت میں نہ لاؤ۔ اب دیکھو کہ اعداد مستخرجہ و مستقلہ قمری  
 برآمد ہوئے۔ اگر قمری برآمد ہوئے تو یہ تسخیر کے لئے ایک تیردہ پیکان ہے۔ جو  
 پہلے وار میں ہی جگہ کے پار ہوتا ہے۔ اعداد کو مستنطق محض نسبت متارہ کے لئے  
 کرو۔ اگر استنطاق عشرت تک قمری اعداد برآمد ہوں کہ آپ سمجھ لیں کہ اسم اعظم ہاتھ  
 آگیا اور یہ فال ہے کہ مطلوب بہت جلد مسخر ہو جائیگا۔ اب اصل اعداد استنطاق  
 سے قبل دونوں ناموں کے جو اصلی اعداد تھے کہ ہم عدد قرآن پاک میں سورہ  
 یوسف کی کوئی عبارت لیں۔ کوشش کریں کہ ایسا جملہ ہاتھ آجائے جو کامل اور  
 مسطورہ ہوں اگر کامل جملہ ہاتھ نہیں آتا تو جس حرف تک آپ کے اعداد کامل ہوتے  
 ہوں اس حرف تک لے لیں اور سورہ یوسف کی اس عبارت کو بقاعدہ اولے

پڑھیں۔ یعنی پانچ مار کر قبلہ کی طرف منہ کر کے بیٹھیں اور لمبی سانس اندر رکھ کر کشید  
 کریں اور ان حروف کو پڑھتے جائیں۔ کوئی تعداد ان کی تعیین نہیں۔ سانس کی  
 قید کریں اور ان حروف کو پڑھتے جائیں۔ جب سانس تھک جائے تو باہر نکال دیں  
 اور عمل موقوف کریں۔ پھر سانس کو اندر کی طرف کشید کریں اور پڑھیں۔ اسی  
 طرح بتیس مرتبہ کریں۔ یعنی جب سانس اندر رکھ کر کشید کریں تو یہ عمل پڑھیں جب تک  
 سانس روکنے پر قادر ہوں۔ اور جب سانس باہر نکالیں تو عمل موقوف کریں۔  
 اس طرح بتیس مرتبہ کریں۔ خدا چاہے تو یا ر اور زیادہ سے زیادہ آٹھ دن  
 میں مطلوب میسر اور جتایا ہو جائے گا۔ اور خاص جذبات بھت اس کے دل  
 میں پیدا ہو جائیں گے۔ لیکن اعداد مستنطق قمری نہیں۔ بلکہ شمسی برآمد ہوئے  
 (دو ہی اعداد عشرت تک استنطاق کرتے ہیں) تو یہ اس بات کی علامت ہو  
 کہ مطلوب کا ملنا دشوار ہے۔ آسان نہیں۔ ایسے مواقعات اور مشکلات پیش  
 ہیں اور ان میں گمے جس سے باہمی ملاقات میں بغت و دشواریاں پیدا ہو جائیں گی۔  
 تاہم نامکن نہیں۔ ان اعداد مستخرجہ کے (دو اعداد مستنطاق سے قبل اصل  
 نام کے تھے) مطابق سورہ یوسف میں سے آیت یا عبارت پیدا کر کے شمسی سر  
 میں حسب قواعد بالا پڑھیں۔ لیکن اس کی خواندگی اکسیر یوم ہے یعنی اکسیر یوم  
 میں اکثر ہوتا ہے مگر پڑھیں اسی وقت جب سانس اندر رکھ کر کشید کریں۔ اور  
 منہ مشرق کی طرف ہو۔ اور جب سانس باہر نکلے تو پڑھنا بند کریں۔ اب رہ گیا  
 عدد ثنایا یعنی دونوں ناموں کے اعداد قمری سے استخراج کئے اور استنطاق  
 تا عشرت اعداد ثنایا کی صورت میں پیدا ہوئے تو اس حالت میں بھی ہم قمری  
 اعداد کی طرح عمل کریں گے۔ اعداد قمری اور اعداد ثنایا میں عمل کا کوئی فرق  
 نہیں۔ جس تعداد یا نام کا ہی فرق ہے یعنی قمری اعداد کا اثر آٹھ یوم میں شمسی کا اثر

اکیس یوم میں۔ اور شادی کا اتر غایت ۱۶ یوم تک ظاہر ہوتا ہے۔ ہم عدد سورہ  
یوسف سے حروف لیا۔ آپ اسے خوب خور سے سمجھ لیں۔ دونوں ناموں کی جو  
تعداد ہو۔ سورہ یوسف میں سے کسی جگہ سے اس قدر حروف لیں جو ان اعداد کی  
برابر ہو جائیں۔ اگر یہ حروف ایسے نکل آئیں کہ جملہ یا حصے نکلا۔ اور آپ سے جہان تک  
ہو کہ کشش کر کے اس جگہ سے حروف لیں۔ جہاں سے کوئی یا حصے جملہ پیدا ہو جائے  
اور اگر یا حصے پیدا نہ ہوں تو اس کا خیال نہ کریں۔ بلکہ ہم عدد ہونے کا خیال کریں  
اگر ہم عدد اور یا معنی ہے تو نور علی نور ہے۔ ورنہ ہم عدد لیں۔ معنی کا خیال نہ کریں  
**قاعدہ ۱۰** اکثر نزک اور زکام کی حالت میں تھنڈا پانی نقصان دیتا ہے  
اور اکثر اصحاب اس سے پرہیز کرتے ہیں۔ اور بلبل بھی سرد پانی نزل اور زکام میں  
نقصان دہ ہے۔ ایسی حالت میں آپ پانی پیتے وقت دو لڑی تھنڈوں کو ہاتھ سے  
مضبوط بند کر لیں اور سرد پانی پیں۔ جس قدر ضرورت ہو اور بعد پانی پینے کے  
بھی ایک منٹ تک تھنڈے بند رکھیں۔ ایک منٹ کے بعد اوپر کہ سر کر کے  
تھنڈے کھول دیں اس عمل سے سرد پانی کوئی نقصان نہیں کرے گا۔ بلکہ فائدہ  
دے گا۔

**قاعدہ ۱۱**۔ میں دم فقرا اور اہل تصوف کا خاص مشن ہے۔ اور اس میں

تحجب و غریب کیفیات اور حیات یہاں ہیں۔ یہ محسوسات اور افعال ہیں  
تقریر و تحریر کی بندش سے یکسر آزاد ہیں۔ میں دم میں طول زندگی کا فلسفہ پوشیدہ  
ہے۔ برفع امراض اور دفع آلام و اسقام کا خاص اثر میں دم میں پوشیدہ ہے۔ جو  
اصحاب میں دم کی مشق کرتے ہیں۔ ان میں یہ اوصاف پیدا ہوئے ہیں۔ طلب کی  
صفائی طلب میں کلی نردانی۔ طول عمر۔ ولایت۔ تصور سے اپنی طرف دو سرور کی  
منہوج کرنا نتیجہ عام۔ دفع امراض جسمانی و دہرہ مالی۔ غرض کہ انسان کو انسان کی

جس دم ہی ماتا ہے۔ جس دم کے قواعد چونکہ ماتحت تصرف آپکے ہیں اس لئے ہر  
 خاندان کا طریق جداگانہ ہے لیکن ایسا طریق جو تمام اقسام پر مادی ہو۔ میں بیان  
 کرتا ہوں۔ اور بعد میں پڑھنے کا بھی قاعدہ بیان کر دوں گا۔ جس دم کا اصلی قاعدہ  
 یہ ہے کہ آپ بالمشقی اور کربانیت ممکن اور اطمینان سے سمجھیں۔ کوئی فکر اور تشویش  
 دل میں نہ ہو۔ پیٹ نہ بالکل خالی ہو نہ حد سے زیادہ پُر ہو۔ اپنے ہر کو بالکل میدھا  
 کریں ایسا کہ ریڑھ کی ہڈی اور سر ایک مساوی سطح میں ہو۔ اب ایک لمبی سانس  
 اندر کو کشید کریں۔ اور یہ اندازہ کریں کہ کس قدر لمبی سانس اندر کو کھینچی ہے اب  
 سانس کو بند کر لیں اور یہ اندازہ کریں کہ جس قدر لمبی سانس اندر کھینچی ہے اس سے کم سے کم  
 دو حصہ زیادہ اندر بند رکھیں جب سانس پر بار پڑنے لگے تو باہر آہستگی سے نکال  
 دیں۔ اسی طرح مشق برابر کرتے رہیں۔ جب سانس اندر کھینچنے اور بند کرنے میں  
 ایک اور پانچ کا تناسب ہو جائے گا۔ تو وہ سب کیفیات اور مدارج ظاہر ہونے  
 لگیں گے جن کا ذکر بطور بالا میں بیان کر دیا گیا ہے۔ ایک اور پانچ کا تناسب بھی  
 جب سانس اندر کشید کرنے میں حقیقتہً وقفہ ہوا ہے اس سے پانچ گنا بند کرنے کی مشق  
 ہو جائے۔ اور دوران مشق میں کوشش کرتے رہیں کہ جس قدر سانس اندر کشید  
 کرنے میں طوالت ہوگی اسی قدر زیادہ نفع ہوگا۔ سانس اندر کشید کرنے میں حقیقتہً  
 طوالت ہوتی چلتے اسی مناسبت سے بند کرنے میں تاخیر ہوتی جائے گی۔ اس  
 مشق کا چند دن میں یہ اثر ہوگا کہ آپ بہت ہی لمبی سانس لینے لگیں گے۔ اور  
 ساتھ ہی دیر تک بند کر سکیں گے۔ اب اس مشق میں ایسا پائیں گے کہ برقی قوت  
 یا اہجیات کی ایک لہر یا ہر سے اندر کو کھینچ رہی ہے اور ایک مقناطیسی قوت آپ  
 میں پیدا ہو رہی ہے۔ اس عمل کی پچھلی میں کسی اور عمل کی یعنی پڑھنے پڑھانے کی  
 ضرورت نہیں ہوتی۔ بلکہ آپ کی زبان سے نکلا ہوا ہر جملہ بلکہ ہر حرف ایک عمل ہے

پچھڑوں کی ہوا صاف ہو جائے گی۔ اور کوئی جسمانی مرض پیدا نہ ہوگا۔ اگر دنیا کے لوگ اس درس پر عمل کریں تو تپ و دق جیسے قہرک مرض سے صحت ہو سکتی ہے جس دم کی مشق کرنے والے اشخاص تمام آلام و ہقام سے نجات حاصل کرتے ہیں۔ تبدیلی آب و ہوا اور تغیرات موسم کا کوئی اثر ان پر نہیں ہوتا۔ اور یکسوئی قلب اور سکون و اطمینان اس قدر پیدا ہو جاتا ہے کہ کوئی بیرونی طاقت اس کے تصور کو نہیں توڑ سکتی۔ نیز یہ ایک قسم کی فاس و رزش ہے جو جسم کو خوبصورت اور رشید بنا دیتی ہے۔ لیکن ان اسباق میں یہ لحاظ رہے کہ زیادہ دیر تک مشق نہ کیا کریں ورنہ اول تو سو دھم کی شکایت پیدا ہوگی۔ یعنی جب آپ زیادہ دیر تک بیٹھتے ہوئے مشق کرتے رہیں گے تو لاحقہ دھم میں فتور ہوگا اس لئے غذا ہلکی اور زود دھم کھایا کریں۔ اور زیادہ مقدار میں نہ کھایا کریں۔ حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمۃ نے اس فلسفہ کو اس قطعہ میں بیان فرمایا ہے:

اندروں از طعام خالی دار تا در و نور معرفت بینی

تبی از خلقت بی علمت آں کہ بری از طعام تا بینی

یہاں تک چند قواعد میں نے تسخیر عام و خاص کے بیان کر دیئے اور یہ وہ عمل ہیں جس کا اثر ہونا یقینی ہے۔ اب میں دو خاص قاعدہ بر باد دی دشمن اور ہلاکی اعداد اور فحشابی پر مخا لغین کے بیان کرتا ہوں۔ اور یہ بیان کہ چکا ہوں کہ یہ قواعد سائنٹیفک ہیں اور سمر اند ہیں۔ جنکا اثر خالی نہیں جاتا۔ ان میں خاص تاثیر یہ ہے کہ ایسے عمل بالکلہ باطل نہیں ہوتے۔ اگر اثر تمام و کمال نہ ہوگا (کسی خاص وجہ سے) تب بھی آپ اس قدر ضرور اثر دیکھیں گے جس سے معلوم ہو جائے گا کہ عمل بے اثر نہیں۔ یعنی اثر کم و بیش ہو سکتا ہے بالکلہ زائل نہیں ہو سکتا۔ بعض وعداوت اور ہلاکی اعداد کے لئے اکثر دوشو (جیسا کہ عمل حسب میں پالتی مار کر دیکھنا بتایا

گیاتے) نیز عمل حسب اُمر وقت کرو جب سانس اندر کشید کرو۔ اور عمل انقباض اُمر وقت  
 کرو جب سانس باہر نکلے۔ اپنے دشمن کا نام لکھ کر (خوب موٹے حروف میں) اپنی  
 لکھا کے سامنے رکھو اسپر نظر جمی رہے لیکن صورت غضبناک اور خشم آلود ہو۔  
 چہرہ پر آثار جلال و خوف پیدا کرو۔ تیز نظروں سے نام کو دیکھو۔ اگر ایسے موقع پر  
 دشمن کی تصویر سامنے ہو تو بہت جلد اثر ہوتا ہے۔ ایک ایسی سانس اندر کو کشید  
 کرو۔ اور تیزی کے ساتھ باہر نکالو۔ سانس نکالتے ہوئے یہ عمل پڑھو۔

متیصلے تا بد ذات لھب جیوقت لھب منہ سے نکلے تو ہوا کا اثر نام  
 یا تصویر پر پہنچے۔ یعنی پہلے سے وہ کاغذ جس پر نام لکھا ہے یا تصویر اس قدر قریب  
 رکھو کہ تمہاری سانس کی ہوا اسپر پڑ کر اسے متحرک کر دے۔ لھب پر اپنی سانس  
 توڑ دو (گو اس میں سکت باقی ہو) پھر دوبارہ سانس اندر کر لے کر باہر نکالتے  
 ہوئے عمل پڑھو اور لھب کو زور سے نکال کر اس کی ہوا کاغذ پر پڑا لو۔ سطح  
 کس مرتبہ و زمانہ آئیں یہ تم تک کیا کرو۔ اس عرصہ میں تم دشمن کو اپنی حسب مراد پریشان  
 حال دیکھو گے۔ اکیس یوم انتہائی ہیں یعنی کل کو رس ہے۔ مگر کبھی اکیس دن  
 پورے نہیں ہوتے۔ جب تم کو معلوم ہو کہ تمہارا معمول (دشمن) بیمار ہو گیا  
 یا کسی مصیبت میں گرفتار ہو گیا تو اس عمل کو اسی دن ختم کرو۔ اگر تم اس امید  
 میں برابر عمل کرتے رہو گے کہ آئندہ اور زیادہ برائی ہوگا تو اس سے عمل  
 میں فرق آجائے گا اور اس کا اثر تم پر لوٹ جائیگا۔ اس عمل کی بس دو ميعادیں  
 ہیں۔ اکیس دن۔ یا جب خبر ملے کہ دشمن کسی پریشانی میں مبتلا ہو گیا ہے۔ یہ  
 عمل بہت ہی سریع الاثر ہے۔

قاعدہ دوم بعض کے واسطے یہ ہے کہ جو اصحاب عمل کے پڑھنے سے کسی وجہ سے  
 متنع ہوں۔ وہ صرف اس کاغذ پر جس پر نام دشمن کا لکھا ہے۔ یا تصویر پر نظر

کرتے ہوئے (خشمگین اور غضبناک نظر) جب سانس باہر کرنا لیں تو یہ قدر کریں کہ دشمن تباہ اور برباد ہو رہا ہے۔ باقی سب قاعدہ وہی ہے جو قاعدہ اولے میں بیان کر دیا ہے۔

**قاعدہ ۵: بعض اصحاب میں قوت شامہ (سونگھنے کی قوت) مفقود**

ہو جاتی ہے۔ وہ خوشبو اور بدبو سب سے بے نیاز ہو جاتے ہیں۔ ایسے اصحاب وہ شریان درگ خشک ہو جاتی ہے جن کا قوت شامہ سے تعلق ہے۔ ایسے اصحاب کا بہترین اور اکیسری علاج یہ ہے کہ سر پر روغن کدو کی مالش کریں اور صبح طلوع آفتاب سے کچھ قبل گھلی ہوئی ہوا میں یا بالافانہ پر چڑھ کر اپنی سانس کی زور سے اندر کشید کریں اور اُسی زور سے باہر نکالیں اور اس عمل کو جلد جلد کریں۔ یعنی ہوا زور سے اندر کشید کریں اور باہر کرنا لیں تقریباً پندرہ منٹ اس عمل کو روزانہ کریں۔ ایک ہفتہ میں قوت شامہ عود کر آئے گی۔ اور خوشبو و بدبو میں تمیز ہونے لگے گی۔

**نوٹ:** یہ کلیہ کسی دلیل کا محتاج نہیں کہ انسان عقل ہی سے مجیز ہے جس میں جس قدر عقل ہے اُسی قدر مدایح انسانی طے کرنا چاہئے گا اور دنیوی وجاہت بھی حاصل کرے گا۔ بے عقل انسان اور لاعقل حیوان میں کوئی فرق نہیں۔ انسان میں جو ہر انسانیت عقل ہی ہے۔ جس میں عقل نہیں وہ نہ صرف مرتبہ انسانیت سے محروم ہے بلکہ وہ دنیا میں کوئی معزز اور محترم جگہ حاصل نہیں کر سکتا۔ ایسا انسان کیڑوں کی طرح گناہ پیدا ہوتا اور گناہ ہی فنا ہو جاتا ہے۔ اُس کی ہستی نہ اپنے لئے مفید ہے نہ دوسروں کیلئے مستفیض۔ اس میں شک نہیں کہ عقل عطیہ الہی ہے۔ یہ کسی نہیں دہی ہے۔ مگر قدرت نہ تحلیل ہے نہ ظالم۔ قدرت ہر انسان کو فطرت پر پیدا کرتی ہے۔ حدیث



پاک میں ہے عقل مومنہ عقلی نظر ہے۔ مگر کوئی شخص آئینہ قدرت کو سعی و کوشش  
 مجاہدہ اور ریاضت سے منجلی اور مصفا کر تا رہتا ہے اور کوئی نساہل اور تساہل  
 اور کندہ بنا تا رہتا ہے۔ آئینہ عقل کو صاف اور منجلی کرنے کے لئے جس دم سے  
 برہمہ کر کوئی دوسرا طریق بہتر نہیں ہے۔ جس دم قدرت کا ایسا کارخانہ یا پتلی  
 گھر ہے۔ جس میں ہر قسم کی شینیں لگی ہیں۔ تندرستی۔ توانائی۔ دولت  
 غفلت۔ تسخیر عام۔ شفا لئے امراض۔ خونی عاقبت۔ ولایت۔ کرامت  
 غرض کہ سب کچھ سب کچھ جس دم میں ہے۔ مگر ان بھیدوں کو وہ ہی شخص  
 یا سکتا ہے جو اس پر عامل ہوتا ہے۔ آپ تجربہ کریں کہ جب آپ بائچ منٹ تک جس  
 دم کر سکیں گے تو دیکھ لیں گے کہ آپ کے سینہ میں جو قدرت کا پتلی گھر ہے اس کی  
 تمام شینیں حرکت کر رہی ہے اور سب اپنے اپنے مفوضہ کام کو بخیر و خوبی کر رہے  
 ہیں۔

**قاعدہ ۱۰۔** آپ اس کتاب میں پڑھ آئے ہیں کہ دھنا شمس ہے اور  
 یا یاق قمری شمس ترمین آکھن ہوتا ہے۔ اور آکھن آگ کا جز ہے۔ یہ حرارت  
 اور گرمی پیدا کرتا ہے۔ جب کوئی عمل ایسا ہو جس میں شمس تہہ چلانا پڑتا ہو تو  
 ایسے عمل میں بعد مشق تھوڑی دیر کے لئے قمری شمس بھی چلا لینا چاہئے۔ اور سردی  
 ملتی پر دو دھنگی کا استعمال بھی کرنا چاہئے یا کسی سرد اشیا کا استعمال ضروری  
 ہے۔ تاکہ پیدا شدہ حرارت کا بدل ہو جائے۔ اگر کوئی آدمی شمس سرعہ تک  
 چلا تا رہے گا۔ اور اس کا بدرد نہ کرے گا تو نقصان پیدا ہوگا۔ اور گرمی سے جو عوارض  
 پیدا ہو سکتے ہیں وہ پیدا ہو جائیں گے (اگر آپ کو اس کا تجربہ کرنا ہو تو اس طرح  
 کر سکتے ہیں کہ جب بدن کو ٹھنڈا دینے والی خونی سردی پڑ رہی ہو۔ اور دانت  
 دانت بچ رہا ہو تو آپ قمری شمس کو بند کر دیں اور شمس تہہ چلا دیں تو تھوڑی دیر



پاک میں ہے عقل مومنہ عقلی نظر ہے۔ مگر کوئی شخص آئینہ قدرت کو سعی و کوشش  
مجاہدہ اور ریاضت سے منجلی اور مصفا کر تا رہتا ہے اور کوئی نساہل اور تساہل  
اور کندہ بنا تا رہتا ہے۔ آئینہ عقل کو صاف اور منجلی کرنے کے لئے جس دم سے  
برہمہ کر کوئی دوسرا طریق بہتر نہیں ہے۔ جس دم قدرت کا ایسا کارخانہ یا پتلی  
گھر ہے۔ جس میں ہر قسم کی شینیں لگی ہیں۔ تندرستی۔ توانائی۔ دولت  
عظمت۔ تنجیر عام۔ شفا لئے امراض۔ خونی عاقبت۔ ولایت۔ کرامت  
غرض کہ سب کچھ سب کچھ جس دم میں ہے۔ مگر ان بھیدوں کو وہ ہی شخص  
یا سکتا ہے جو اس پر عامل ہوتا ہے۔ آپ تجربہ کریں کہ جب آپ بائچ منٹ تک جس  
دم کر سکیں گے تو دیکھ لیں گے کہ آپ کے سینہ میں جو قدرت کا پتلی گھر ہے اس کی  
تمام مشینیری حرکت کر رہی ہے اور سب اپنے اپنے مفوضہ کام کو بخیر و خوبی کر رہے  
ہیں۔

**قاعدہ ۱۰۔** آپ اس کتاب میں پڑھ آئے ہیں کہ دھنا شمس ہے اور  
یابانی قمری شمس ترمین آکھن ہوتا ہے۔ اور آکھن آگ کا جز ہے۔ یہ حرارت  
اور گرمی پیدا کرتا ہے۔ جب کوئی عمل ایسا ہو جس میں شمس تھر چلا نا پڑتا ہو تو  
ایسے عمل میں بعد مشق تھری دیر کے لئے قمری شمس بھی چلا لینا چاہئے۔ اور سردی  
ملتی پر دو دھنگی کا استعمال بھی کرنا چاہئے یا کسی سرد اشیا کا استعمال ضروری  
ہے۔ تاکہ پیدا شدہ حرارت کا بدل ہو جائے۔ اگر کوئی آدمی شمس سر عرصہ تک  
چلا تا رہے گا۔ اور اس کا بدرتہ نہ کرے گا تو نقصان پیدا ہوگا۔ اور گرمی سے جو عوارض  
پیدا ہو سکتے ہیں وہ پیدا ہو جائیں گے (اگر آپ کو اس کا تجربہ کرنا ہو تو اس طرح  
کر سکتے ہیں کہ جب بدن کو ٹھنڈا دینے والی خونی سردی پڑ رہی ہو۔ اور دانت  
دانت بچ رہا ہو تو آپ قمری شمس کو بند کر دیں اور شمس تھر چلا دیں تو تھوڑی دیر

میں آپ کو گرمی محسوس ہوگی اور رفتہ رفتہ جسم میں اسقدر حرارت پیدا ہوگی کہ آپ کو احساس ہوگا کہ شاید گرمی کا موسم آگیا۔ اور اسی طرح جب گرمی کے موسم میں سانس آگ برس رہی ہو۔ پیچھے آرہے ہوں۔ پیاس کی شدت ہو تو آپ شمسی تھر کو بند کر کے قریٰ تھر چلائیں۔ تھوڑی دیر میں حرارت مفقود ہوگی اور جسم میں ٹھنڈک پڑ جائے گی۔ اور پیاس کی شدت جاتی رہے گی۔ یہ ایسے نمایاں مسائل ہیں جن کا ہر وقت تجربہ کیا جاسکتا ہے (جب کسی وجہ سے بخار تیز ہو جاتی کہ سرسامی حالت پیدا ہو چکی ہو تو شمسی تھر کو بند کر کے قریٰ تھر چلا دو) تھوڑی دیر میں ہی بخار کی حالت مفقود ہوگی۔ اور مریض کو سکون معلوم ہوگا۔ یا بعض بیماریوں میں جیسے کالرا (ہیضہ) میں جسم سرد پڑ جاتا ہے۔ جکیم اور ڈاکٹر بخار اور گرمی پیدا کرنے کی تدبیریں کرتے ہیں۔ ایسی حالت میں اگر شمسی تھر چلا دیا جائے تو بے کسی بیرونی دوائے تھوڑی دیر میں جسم میں حرارت پیدا ہو جاتی ہے اور مریض کی جان بچ جاتی ہے۔ خلاصہ اس کا یہ ہے کہ جب گرمی کی ضرورت ہو تو شمسی تھر چلا دیں۔ اور سردی کی ضرورت ہو تو قریٰ تھر چلا دیں۔

**قاعدہ:** بعض اصحاب کو قبض دائمی کی شکایت رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی آئے دن ناف تلٹی رہتی ہے۔ بعض اصحاب کی پیٹ کی رگوں میں درد رہتا ہے۔ علی الخصوص عورتوں کو اس قسم کی بیماریاں اکثر شاتی رہتی ہیں۔ بعض اصحاب کے کمر اور گردن میں درد رہتا ہے جس سے وہ بے چین رہتے ہیں۔ غرض کہ پیٹ کی جگہ شکایتوں اور جسم کے تمام حصہ کے دردوں کے لئے یہ قاعدہ منضبط ہے۔ اگر آپ اسپر عمل کریں گے تو تیس دن ابتدائی اور معمولی بیماریوں سے شفا ہوگی۔ اگر گنتہ امراض ہوں تو ایک

ہفتہ میں شولہ (انتار اللہ) صحت ہوگی۔ قبض دائمی کے لئے یہاں ایک نکتہ طبی بیان کرتا ہوں پھر علم النفس کے ماتحت قاعدہ تحریر کروں گا۔ جن لوگوں کو قبض دائمی کی شکایت ہو۔ ایسے اصحاب صبح خواب سے بیدار ہو کر پانچاٹھ کو ضرور بایا کریں۔ اس سے غرض نہیں کہ اجابت ہو یا نہ ہو مگر صبح کو اجابت بہ فراغت ہوئے لیکن یہ طبی نکتہ ہے اور مجرب ہے جو عمل کریگا اس سے فائدہ ہوگا۔ اب ماتحت علم النفس میں قاعدہ بیان کرتا ہوں۔ اس عمل سے تمام امراض دور ہوں گے۔

اس عمل کا کوئی خاص وقت تو معین نہیں۔ دن رات میں جس وقت موقع ملے پیش کر لیا کریں۔ تاہم صبح کا وقت زیادہ مناسب وقت ہے۔ پابندی صرف اس قدر ہے کہ بیٹ بھرا جہان نہ ہو (قری یعنی بائیں تختے کو روٹی سے بند کریں بشمولیکہ وہ نہ متا چل رہا ہو۔ اگر شمسی تہہ ہی چل رہا ہو تو بہت مفید ہے اپنے دونوں ہاتھوں کو برابر طرح میں خوب پھیلا لیں اس قدر کہ ہاتھوں میں جھول نہ رہے۔ بالکل تین جائیں۔ دونوں پاؤں کو ملا لیں اور مضبوط کریں کہ قدم اپنی جگہ قائم رہیں ملنے نہ پائیں۔ اب اس طرح ہاتھ تھمتے ہوئے سیدھی طرف کو مڑیں۔ ہنقد جقدر مڑنا ممکن ہو۔ حتیٰ کے کہ اور رانوں کے پیچھے کھینچ لیں اور ایک شمش کی رگوں اور پٹھوں میں تکلیف سی محسوس ہونے لگے۔ ہاتھ برابر تھمتے رہیں۔ نہ ہاتھوں میں جھول آئے۔ نہ پاؤں اپنی جگہ سے جنبش کریں۔ جب تمام جسم مڑ جائے تو اب اہستگی سے بائیں طرف کو مڑیں جس قدر ممکن ہو پھر واپسی طرف پھر بائیں طرف اور سانس زور زور سے دہننے پھیننے سے خارج کرتے جائیں اور اندر نہ کر کے کہہ دیتے جائیں۔ اس طرح دہننے سے بائیں طرف اور بائیں طرف سے دہننی طرح جسم کو پھیراتے رہیں۔ کم از کم سات مرتبہ اسی طرح جسم کو گردش دیں۔ اگر زیادہ

مرتبہ دے سکیں تو اور بھی اچھا ہے ذاب ہاتھ چھوڑ دو۔ مشق ختم ہو چکی تین دن اسی طرح مشق کرو جسم کے جوڑ جوڑ کا درد منقوت ہوگا پیٹ کی رگوں میں جھکا خرابی ہوگی دور ہوگی۔ معدہ کی خرابیاں جاتی رہیں گی آپ اس مشق سے اپنی زندگی میں خوشگوار تبدیلی دیکھیں گے۔ آبجیات کی لہریں جسم میں دوڑتی معلوم ہونگی۔ اس مشق سے جو فوائد حاصل ہونگے وہ آپ خود مشق کرنے پر معلوم کر سکیں گے۔ میں الفاظ میں آن فرامد کر بیان کرنے سے قاصر ہوں۔

**قاعدہ :-** جس شخص کے خون میں خرابی ہے۔ یا پتہ کہنہ ہے تو سینہ آہستہ کر سیدھے اس طرف منہ کر کے کھڑے ہو جاؤ جس طرف کی ہوا انہو اپنے ہونٹوں کو گول بنا کر جس طرح سیٹی بجاتے ہیں۔ اور زور سے ہوا اندر کشید کریں اور زور سے باہر کو نکال دیں ایسے زور سے کہ منہ سے سیٹی کی آواز نکلے۔ دس منٹ اس طرح دن میں کم از کم پانچ مرتبہ یہ مشق کرو۔ آپ کو خود احساس ہوگا کہ خون صاف ہو رہا ہے۔ اور تپ بخور کم ہو رہی ہے اس عمل سے بھوک بھی بھل جاتی ہے اور قدرتنا غذا کی مقدار بڑھ جاتی ہے

**قاعدہ :-** یہ ایک مانی ہوئی بات ہے کہ قلب اور پھیپھڑوں میں یگانگیت اور باہمی اتحاد ہے۔ قلب پھیپھڑوں سے اور پھیپھڑے قلب سے متاثر ہوتے رہتے ہیں۔ لہذا دل میں جو بات پیدا ہوگی پھیپھڑے بھی اس سے متاثر ہوتے ہیں۔ اور عمل حب و بغض کے لئے یہ ایک خاص معنایسی وقت ہے آپ کو تعجب ہوگا کہ ایک شخص سے ہمیں محبت یا عداوت ہے تو دوست ہے ملنے کے لئے اور دشمن کو براو کرنے کے لئے پھیپھڑوں کی کیا ضرورت ہے جسمانی آلام و اسقام میں تو پھیپھڑوں کو ہم دخل سمجھ سکتے ہیں مگر فارجی کاموں میں پھیپھڑوں کا کیا کام ہے۔ ہاں حیرت و استعجاب کی ضرورت بات ہے اور

ہم نے کبھی نہیں سنا اور نہ کسی کتاب میں دیکھا کہ فلاں کام ہمارا اسوجہ سے نہیں  
ہوا کہ ہمارے پھیپھڑے خراب یا اس کام کے مخالف تھے۔ ناکامی کی وجہ ستاروں کی  
مخالفت بتائی جاتی ہے مگر پھیپھڑوں کی مخالفت آج تک نہیں سنی۔ مگر آپ  
یقین کریں کہ ہماری ناکامی میں جہاں ستاروں کی مخالفت کام کرتی ہے وہاں  
ہمارے اعصاب کی مخالفت بھی کام کرتی ہے اور دوسرے عملیات میں خواہ  
پھیپھڑے دخیل ہوں یا نہ ہوں مگر علم النفس میں پھیپھڑوں کو بہت حد تک  
دخیل حاصل ہے۔ اور میں بعونہ قاعدے اسے ثابت کرتا ہوں یہ بات ظاہر ہے  
کہ جس قدر کسی شے کا خیال دل میں مستحکم ہوگا۔ اسی قدر اس شے پر اثر پڑے گا  
اسی خیال کا نام تصور ہے۔ اعتقاد ہے۔ استقلال ہے۔ سب دنیا اس پر  
متفق ہے کہ جب استقلال سے کوئی کام کیا جائیگا اس میں کامیابی ہوگی  
اور استقلال نام ہے مضبوطی خیال اور استحکام تصور کا۔ فقرائے اس کا  
نام مراقبہ اور گیان دھیان ہے۔ اسی مراقبہ یا گیان سے روحانی درجے طے  
ہوتے ہیں۔ دنیا کا ہر وہ فعل اور ہر وہ حرکت جو ہم سے صادر ہوتی ہے  
وہ پہلے خیال میں آتی ہے۔ اگر خیال میں جم گئی تو ہم اس حرکت یا فعل کو  
کرتے ہیں۔ اگر وہ خیال نہ تھا تو ہم اس فعل کے فاعل نہیں ہوتے۔ خیالات تو  
ہوا کی لہروں کی طرح ملتے جاتے ہیں۔ لیکن بعض خیال ایسے بھی ہوتے ہیں  
کہ ہم ان خیالات کی تکمیل فعل سے کر لیتے ہیں اور یہ وہ باتیں ہیں جن سے کوئی  
انکار نہیں کر سکتا۔ پھر کیا آپ کو معلوم ہے کہ کوئی خیال مستحکم ہو کر فعل میں آگیا  
تو اس کی وجہ کیا تھی۔ اور کوئی خیال پیدا ہو کر حرف غلط کی طرح مٹ گیا تو اس کی  
وجہ کیا تھی۔ اگر آپ اس کی وجہ یہ بیان کریں کہ جو خیال پیدا ہو کر مٹ گیا وہ  
مصلحت کے خلاف تھا اور اس میں نقصان تھا۔ اور جو خیال ہمارے مفید تھا

وہ ہو گیا تو مشاہدہ شاید ہے کہ دنیا میں ایک انسان بد سے بدتر فعل کر جاتا ہے۔

اور بہتر سے بہتر چھوڑ دیتا ہے۔ اگر مفید اور غیر مفید کی وجہ مان لی جائے تو پھر دنیا میں کوئی شخص بُرا کام نہ کرے کیونکہ دنیا میں سب بُرے کام غیر مفید اور ناقص کا نتیجہ

ہی بنتا ہے۔ بہر حال یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ جس کام پر آدمی کا خیال مستحکم ہو جاتا

ہے وہ کام کر گزرتا ہے چاہے وہ مفید ہو یا غیر مفید۔ اب خیالات میں استحکام

کس طرح ہوتا ہے اس کی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں ایک مقناطیسی قوت ہے جب

دل میں کوئی خیال پیدا ہوتا ہے تو اس کا اثر پھیپھڑوں پر پڑتا ہے۔ اگر وہ خیال

نیک ہے اور پھیپھڑوں کی ہوا بھی صاف شفاف ہے تو وہ ذوق ملکر خیالات اور

تقدیرات کو مستحکم بنا دیتے ہیں اور وہ خیال فعل بن جاتا ہے۔ اگر خیال بد ہے اور

پھیپھڑوں کی ہوا بھی بد ہے تو وہ تصور مضبوط ہو کر فعل کی صورت اختیار

کر لیتا ہے۔ خیال تمنا کچھ نہیں کر سکتا۔ تاؤ تکنیک پھیپھڑوں کی ہوا معاوضہ نہ ہو

اس بیان کو کسی قدر طویل ہو گیا۔ مگر بغیر طول کے چارہ بھی نہ تھا۔ اب میں

عمل تسخیر و محبت بیان کرتا ہوں جو سراؤں سے ہے اور جس کا اثر اسی طرح یقینی ہے

جس طرح صبح کو آفتاب کا مشرق سے نکلنا (صاف اور کھلی ہوئی ہوا میں سینہ

تازہ کر کھڑے ہو جائو۔ اگر باغ کی ہوا جس میں پھولوں کی خوشبو شامل ہو

تو نہایت عمدہ ہے۔ پہلے منہ کے ذریعہ سے خوب ہوا اندر کی طرف بھرد۔ اور

ناک کے نقیضوں کے ذریعہ سے نکال دو (اس میں غسی اور قمری کی بوٹ نہیں)

پانچ چھ مرتبہ اسی طرح تازہ ہوا اندر بھرد اور کیفیت ہوا خارج کر دو۔ اب

تمہارے پھیپھڑوں کی ہوا صاف ہے۔ اب مطلوب کا خیال اپنے دل میں جاؤ

اور اس کا نام لیتے ہوئے لمبی سانس اندر کو کشید کر دو۔ اور تقدیر یہ ہو کہ میں جس کا

نام لے رہا ہوں وہ میری سانس کے ساتھ میرے دل میں آ رہا ہے لمبی سانس

بکر کر اہستہ سے نکتوں کے ذریعہ سے خارج کر دو۔ اسی طرح کم از کم پچیس مرتبہ کر دو  
 سانس اندر کھینچتے ہوئے مطلوب کا نام لو۔ اور باہر نکالتے ہوئے نام نہ لو۔ صبح و  
 شام تیس تیس مشق اس عمل کو کر دو۔ میں امید کرتا ہوں کہ جاندار تو آخر جاندار ہے  
 ایک مرتبہ بے جان شے بھی متحرک ہو کر تمہارے پاس آجلے گی۔ آپ ذل میں  
 کہیں گے کہ اسقدر آسان ترکیب اور اسقدر دشوار کام ایک دنیا جب و نیا جب و تسخیر  
 کینے پریشان پھرتی ہے۔ برسوں ایڑیاں رگڑتی ہے۔ آخر اس معمولی عمل سے  
 کام کیوں نہیں لیا جاتا۔ میں عرض کرونگا کہ دنیا میں یہ اسباق اور قواعد عام نہیں  
 ہیں۔ جو لوگ علم النفس کے عامل ہیں وہ ہلک مارنے میں سات قندیل کے اندر سے  
 مطلوب کو نکال لاتے ہیں اور اس قسم کی حکایات و روایات بکثرت کتابوں  
 میں آپ کو ملیں گی۔ میں مجبور نہیں کرتا کہ آپ بھی میری تحقیق سے اتفاق کریں  
 مگر میری تحقیق یہ ہے کہ یہ سب علم النفس کی گلاکاریاں اور حیرت انگیزیاں  
 ہیں۔ آپ چند الفاظ کو عمل کرتے ہیں اور اس علم میں علم النفس کا نام ہی عمل ہے  
 مجھے حروف کی تاثیرات سے انکار نہیں۔ اور میں خدا کے پاک کلام اور مہدی  
 نام کے اثر کا قائل ہوں۔ مگر ان مقدس عملیات کا دار و مدار بھی ترکیب نفس پر ہے  
 ہوتا ہے۔ جن بزرگوں نے یہ کمال حاصل کیا ہے انہوں نے پہلے ترکیب نفس ہی کیا  
 تھا۔ اور اپنے خیال۔ عقیدے اور تصور کو مستحکم بنایا تھا۔ میں یہ بھی اجازت  
 دیتا ہوں کہ جس جگہ میں نے مطلب کا نام پڑھنے کو بتایا ہے۔ اس کی جگہ آپ  
 کوئی حسب کا عمل بھی پڑھ سکتے ہیں۔ مگر محبوب کا تصور دل میں جماو ہے اور  
 آنکھوں کے سامنے یہ اوشہ جار ہے کہ میری سانس کے ساتھ ظلال کچھ اچھوٹے  
 قاعدہ :- آپ کا تصور۔ آپ کا خیال۔ آپ کا اعتقاد مستحکم ہو۔ دوسرے مرتبہ  
 ہو گیا۔ اس کا ثبوت کیا ہے اور کس طرح امتحان کیا جائے کہ آپ اپنی قوت خداوندی کے

مالک ہو گئے ہیں۔ اگر آپ یہ کہیں کہ کسی مطلب پر جرج جانے کا نام عزم عزم ہے تو یہ صحیح  
 نہیں۔ تلون مزاج آدمی بھی کسی لفظ پر جرج جاتے ہیں۔ یہ وقتی اور عارضی استقلال  
 ہے۔ زمرہ قانون علم النفس اس کا امتحان یہ ہے کہ جب آپ کا نفس آپ کے اختیار  
 میں آجائے تو سمجھ لیجئے کہ ہم میں خود اعتمادی اور مستقل مزاجی پیدا ہو گئی اور  
 نفس پر اختیار پانے کے حقیقت یہ ہے کہ میں نے دوران کتاب میں جہاں جہاں  
 ضرورت پڑی ہے نفس تبدیل کرنے کی ضرورت بتائی ہے۔ اور جسکی سہل اور آسان  
 ترکیب پر ہے کہ جن حصے کو بند کرنا ہو۔ اسکو روٹی سے بند کر دو۔ روٹی سے بند کر کے  
 نفس متحرک کو غیر متحرک بنانا یہ خود اعتمادی اور فرشتگی کی دلیل ہے۔ جب آپ  
 علم النفس کے ماہر ہو جائیں گے تو صرف اپنے ارادہ اور قوت ارادی سے اپنے  
 نفس کو تبدیل کر لیا کریں گے۔ مثلاً آپ شمسی سر مل رہا ہے اور آپ چاہتے ہیں  
 کہ قمری سر چلنے لگے۔ فرشتگی میں تو ترکیب یہ ہو گی کہ آپ شمسی سر کو روٹی سے بند  
 کر دیں۔ دو منٹ میں قمری سر چلنے لگے گا۔ لیکن کتنے فرشتگی میں یہ حالت ہو جائے گی کہ  
 اور آپ نے قمری سر کا خیال کیا اور آدھ قمری سر چلنے لگا۔ جب یہ قوت پیدا ہو جائے  
 تو آپ سمجھ لیں کہ اب ہم استاد ہیں اپنی قوت ارادی کے مالک ہیں۔ پھر جس چیز کا  
 خیال آپ کے دل میں پیدا ہو گا وہی چیز ویسی ہی ہو جائے گی جیسی خیال کی ہے  
 اسی کا نام سمجھ نہیں ہے۔ اور ملاء اس درجے کو ولایت۔ کرامت اور معجزہ کہتے  
 ہیں (میں بذاتہ کرامت اور معجزہ کو عطیہ الہی تصور کرتا ہوں) دنیوی طریق پر  
 اس کا امتحان اس طرح کیا جاسکتا ہے کہ آپ کسی بات کے عادی ہیں (مثلاً آپکو  
 عادت ہے کہ آپ حقہ یا سگریٹ کثرت سے پیتے ہیں۔ یا پان کثرت سے کھاتے ہیں  
 غرض کسی شے کی ایسی عادت ہے کہ محو طری دیر نہ لے کر آپ مضطرب ہو جائے  
 ہیں۔ یہ سب بے اعتمادی اور غیر مستقلی کی دلیل ہے۔ مستقل مزاجی اور خود



اعتمادی اس کا نام ہے کہ آپ ایک دم اس عادی شے کو ترک کر دیں اور آپ کے دل میں اس کا خیال بھی پیدا نہ ہو۔ نہ کوئی تکلیف ہو کہ برسبیل تذکرہ میں اپنا واقعہ عرض کرتا ہوں کہ میں پان کثرت سے کھاتا ہوں۔ بچپن سے اس کی عادت ہے۔ تھوڑی دیر نہ ملنے سے میرے حواس گم ہو جاتے ہیں۔ جب میں یکم جنوری ۱۹۳۶ء میں سفر حجاز پر روانہ ہوا تو مجھے معلوم تھا کہ حجاز میں پان نہیں ملتے۔ میں نے بہت سے پان سکھا کر ایک ٹیکس میں رکھ لئے تھے۔ میں بمبئی تک پان کھاتا رہا۔ جب حجاز میں سوار ہوا تو خیال آیا کہ یہ پان دو چار دن رہ سکیں گے اور پھر مل نہیں سکتے۔ اس سے بہتر یہ ہے کہ جس شے کو مجبوراً چار دن کے بعد ترک کر دینا ہے آج ہی اپنی خوشی سے ترک کر دو۔ میں نے سب پان سمندر میں پھینک دیئے۔ اور خیال کر لیا کہ میں پان کھانے کا عادی ہی نہیں ہوں۔ سفر حجاز کے تین ماہ میں ایک پان بھی میں نہ کھایا اور نہ مجھے کوئی تکلیف ہوئی۔ لوتیوں کو جدہ شریف میں ایک جگہ میں نے فروخت ہوتے دیکھے۔ میں نے پانوں کو نظر بند کر بھی نہیں دیکھا نہ میرے دل میں خواہش پیدا ہوئی۔ لیکن اس قدر خامی مجھ میں رہی کہ جب واپس میں کراچی پہنچا تو پھر پان کی تمنا پیدا ہو گئی۔ حتیٰ کہ وہیں سے میں نے حسب سابق پان کھانا شروع کر دیا اگر میں ہندوستان پہنچ کر بھی اپنے ارادے میں مستقل رہتا۔ تو مجھ میں قوت ارادی بدرجہ اتم ہوجاتی۔ خواہش اور تمنا دل کی ایک لہر کا نام ہے۔ مادہ ایک برقی قوت ہے جو منفی اور مثبت سے ملکر اپنی شعاع پیدا کرتی ہے۔ اب میں اس کی ترکیب بتاؤں ہوں جس سے قوت ارادی پیدا ہوتی ہے۔ جب آپ کے دل میں کوئی خیال پیدا ہو اور کسی شے کی تمنا اور خواہش پیدا ہو۔ لیکن آپ کو اس کام میں نقصان ہے آپ کا دل نہیں چاہتا کہ اس کام کو کریں مگر اقلئلے طبیعت سے مجبور ہیں تو اس کی صورت یہ ہے کہ شمسی یعنی داہنے نصفے کو انگلی سے بند کریں اور قمری یعنی بائیں نصفے سے ہوا

زور سے اندر کو کشید کریں۔ اور فوراً قمری ستر کو انگلی سے بند کر کے شمس سے سوا کھانچ کر دیں اور چند منٹ بالکل خاموش رہیں۔ کسی سے بات نہ کریں۔ زیادہ سے زیادہ دس مرتبہ یہ عمل کریں یعنی قمری سے سانس اندر کو کشید کریں اور شمس سے باہر نکالیں اب آپ دیکھیں گے کہ وہ خیال بالکل گم ہو چکا۔ آپ بالکل مطمئن ہیں اور اس کام کے نہ کرنے کے خیالات آپ کے دل میں جمع ہو گئے اور آپ اس کام کو قطعی چھوڑ چکے۔ اب آپ اپنے دل کو مطمئن گئے تو صاف نظر آئے گا کہ یہ کام مناسب نہیں۔ یہ چند منٹ کی مشق ہے۔ جب جی چاہے اس کی آزمائش کریں۔ اور یہ علم انسانی خاص اثر اور کارنامہ ہے اور معرفت اسی شق سے آپ اندازہ کر سکیں گے کہ علم انفس کقدر و زبردست اور حکمتوں سے بھرپور علم ہے اور اس میں اس قدر برتری و قدرت ہے کہ شیدہ کر دی ہے۔

علم انفس پر میں نے دو ایک کتابیں مفصل دیکھی ہیں۔ ان بزرگوں نے ایسے ایسے فوائد سے صحاح پر لکھے ہیں کہ میرا خیال ہے کہ شاید آج تک کسی نے ان پر عمل نہ کیا ہو۔ پھر ایسے مسائل کا ذکر کیا کرنا دشوار ہو بیٹا رہے۔ اس لئے میں نے ان مشکل مقامات کو نکال دیا۔ دوسری وجہ یہ بھی ہے کہ میری کتاب اجتہادی مطالبہ کیلئے ہے۔ اور جب طالب ان مقاصد و قواعد پر جا دی ہو جائے گا تو اس کا شوق خود رہبری کیلئے کے انتہائی مقام تک پہنچا دیگا۔ شوق و سرور دل کہ باشندہ ہر سے درکار نیست اگر میری اس تصنیف کو قدر کی نگاہوں سے دیکھا گیا اور نہ اسے برتر و توانائے اسے جامع قبولیت عطا فرمایا۔ اور اہل ذوق و شوق نے غمرہ ہلے میں فرید لکھ لیا تو میں اس کا مدد سرا حندہ بھی لکھ دوں گا جس میں گہرے نکات اور فوائد ہوں گے۔

قاعدہ - اپنے خیال اور عقیدہ کو مستحکم کرو۔ دنیوی خیالات اور پریشان

لقورات سے دلی میں اطمینان پیدا کرو۔ اور نہایت سکون اور آرام سے بیٹھو۔

تمہاری نشست پانچ کی ہو۔ اپنے سینہ کو ابھارو۔ خوب سیدھے ہو کر بیٹھو۔ کمزریں

مقبول نہ آنے دو اپنی زبان کو تالو سے خوب چپا کر لو۔ اور اپنے دل میں

لقور کرو۔ کہ ایک شمع جل رہی ہے۔ یہ لقور کرتے ہوئے سوز مرتبہ یہ عمل دل سے

پڑھو (زبان تو تالو سے چسپیدہ ہے) تَوَلَّى عَلَى نَوْرٍ يَأْتِيهِ أَهْدَى عَلَى الشَّوَارِ

اس مشق اور عمل کا اثر یہ ہوگا کہ چند روز میں آپ کے دل میں وہ ذر کی وسعت

ہوگی کہ عرش و کرسی لوح و قلم ماکان مایکون آپ کے دل کی وسعت میں جلوہ گر

ہونگے اور لقور ہے ہی دن میں ایک کیفیت قال سے حال میں آجائے گی۔

دل کے آئینہ میں ہے لقویر بار جب ذرا گردن جھکائی دیکھو

جب آپ اس مشق کو اکیس دن کر لیں گے تو آپ دیکھیں گے کہ کتنی چیز آپ کے

پاس ہے دست خیم آپ کے پاس ہے۔ پھر دوران مشق میں جس شے کا جس

مقصود کا لقور کرو گے پلک مارتے ہیں حاضر ہوگی۔

قاعدہ ۱۔ علی الصباح طلوع آفتاب کے وقت کسی اونچی جگہ یا میدان میں

مشرق کی طرف منہ کر کے کھڑے ہو کر منہ سے گہری اور لمبی رائی پڑھیں اور

اور بعد ازاں منہ بند کر کے ناک کے راستہ سے ہوا خارج کریں۔ اس عمل کو کم از

کم دس مرتبہ روزانہ کریں۔ دائمی نزلہ۔ در دہر۔ اور زکام کے واسطے اکیس

علاج ہے۔ ابتدائی آپ دن اور بعد چھپو دل کے نقصان کو رفع کرتا ہے۔ بخوک

کھلتی ہے۔ چہرہ نازک صاف ہوتا ہے۔ اور بہت سے ضمنی فوائد حاصل ہوتے

ہیں۔

قاعدہ ۲۔ ہوا کے اجزاء میں۔ پانی اور غذا کئے ذرات بھی ہوتے ہیں

اور وہ جزد جان ہو جاتے ہیں جو اسباب جس دم کی مشق بخدائی قلب کے طریق پر

کرتے ہیں ان کی غذا کم ہو جاتی ہے۔ لیکن توانائی اور قوت میں اضافہ ہوتا جاتا ہے  
چہرہ سرخ اور آنکھوں میں روشنی پیدا ہوتی ہے اور اسکی وجہ یہ ہے کہ ہوا میں  
جو اجزاء غذا کے شامل ہوتے ہیں وہ جو ہر ہوتا ہے یعنی اس میں فضلہ نہیں ہوتا  
اور یہ اجزاء کلینتہ جزو بدن ہوتے ہیں۔ یہی وجہ ہے کہ نقرضہ اور عبادت گزار  
اصحاب غذا کم کھاتے ہیں اور قوت زیادہ ہوتی ہے بعض اصحاب نے بطریق  
تجربہ صبح و شام چار چار گھنٹہ میدان یا باغ میں جا کر صاف ستھری ہوا کھائی  
اور چالیس چالیس دن تک کچھ کھایا پیا نہیں۔ لیکن وہ زندہ رہے صرف  
اس قدر ضرور ہو کر انکا وزن کم ہو گیا۔ یعنی خون کی مقدار جسم میں کم ہو گئی  
لیکن ہمت اور حوصلہ بڑھتی دھالاکہ میں ترقی ہو گئی۔ اور خیالات فاعلہ سے دل  
دامغ قافی ہو گیا۔ انکا جسم ایک نور کا پتلا بن گیا۔

قاعدہ :- دل کی دھڑکن سے ایک بار تک آواز پیدا ہوتی ہے جو ہم  
سن نہیں سکتے۔ بعض بزرگوں کا قول ہے کہ یہ آواز گھڑی کی آواز کی طرح  
ہوتی ہے۔ لیکن دیگر آوازوں کی طرح حمل اور بے معنی نہیں ہے بلکہ بامعنی  
ہے اور اس میں قدرت کے اسرار کا اظہار ہوتا ہے بعض اصحاب کا بیان ہے  
کہ آواز ایک پرند ہے وہ خاص طریق پر بولتا ہے جس میں قدرت کے اسرار  
نمایاں ہوئے ہیں اور یہ بہت مشہور ہے۔ اور آواز پرندے کے متعلق بہت سے  
افسانے مشہور ہیں۔ واللہ اعلم انکی کیا حقیقت ہے لیکن آواز کے آوازوں کی  
حقیقت کچھ ہو یا نہ ہو مجھے اس سے بحث نہیں اگر آپ اسرار باطنی کی آواز  
سننا چاہتے ہیں تو خود آپ کے دل کی آواز قدرت کا آواز مودون یا آلہ الصوت  
ہے دل کانگشن اسرار قدرت اور گنجینہ فطرت سے ملا ہوا ہے۔ اگر آپ کو  
عالم باطنی کے افسانے سننے کا شوق ہے تو آپ آگوش تلاش کیوں کرتے ہیں خود

اپنے دل کی آواز نہیں۔) آپ کا دل قدرت کا مکمل باجہ ہے اس کی صورت یہ ہے کہ  
 اپنے دونوں کانوں کے سوراخوں کو روٹی سے مضبوط کر لیں۔ تاکہ بیرونی آواز  
 مطلق سنائی نہ دے اور ایک گوشہ میں سر جھکا کر بیٹھ جائیں مگر بالکل ساکن  
 ساکت ہو کر بیٹھیں اور اپنے دل کی طرف توجہ کریں۔ منہ سے لمبی مائیں زور سے  
 سینہ میں بھریں اور ناک کے ذریعہ خارج کریں۔ چند دن کی مشق میں دل کی  
 دھڑکن کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگے گی۔ پھر چند یوم کے بعد کبھی جیسی  
 آواز کا احساس ہوئے لگے گا۔ پھر چند دن کے بعد آپ تلفظ سمجھنے لگیں گے۔  
 پھر صاف اور واضح باتوں کی آواز آپ کے کانوں میں آنے لگیں گی۔ اور جو  
 کچھ عالم باطن میں ہو رہا ہے آپ وہی دل سے من و عن سننے لگیں گے اور وہ  
 اس طرح ہے کہ عالم باطن کی مکالموں کو دل کی مشین جذب کرتی ہے اور وہی  
 دہرائی ہے جو عالم غیب سے جذب کیا ہے۔ مگر ہم دنیا کی باتوں میں اسے سن  
 نہیں سکتے۔ اگر آپ اس کی مشق کریں گے تو چند یوم میں آپ کا دل وہ سب کچھ  
 سنا دیا کرے گا جو عالم غیب میں ہو رہا ہے (دل کی آواز بتدیج یا منہ ہو جاتی  
 ہے۔ بعض اصحاب نے ان آوازوں کی مفصل کیفیت بیان کی ہے مگر میں اسے  
 سوائے لطف سخن کے اور کچھ دقیق نہیں سمجھتا۔ مجھے صرف اسی قدر تحقیق ہے  
 کہ ابتدا میں آواز کمپی کی آواز کی طرح آتی ہے اور بتدیج یا منہ بتی جاتی  
 ہے جو صاحب اس مشق کو کریں۔ ان کو لازم ہے کہ جب غیب کی خبریں ان کو ملنے  
 لگیں تو اس کا ذکر کسی سے نہ کریں ورنہ نقصان پائیں گے۔ بس خود ہی لطف  
 اندوز اور دنیا کے امیر اور پروفعت ہوتے رہیں اور یہ ایک ایسا لطف ہے  
 کہ اس کا عامل دنیا کی باتوں سے بے نیاز ہو جاتا ہے اور جب وہ عامل بن جاتا ہے تو  
 کانوں کو بند کرنے کی بھی ضرورت نہیں رہتی۔ پھر ہر وقت دل کی آواز سنائی

دیتی رہتی ہے۔

**قاعدہ :-** جنس دم کی ابتدا میں عامل پر نیند کا غلبہ ہوتا ہے۔ اور جب وہ تصور میں محدود ہوتا ہے تو نیند کے جسم کے آئے ہیں۔ یہ حقیقت میں نیند نہیں ہوتی بلکہ سکون اعضا کا ایک کیف ہوتا ہے۔ نیند تو قدرت نے ایک معینہ وقت پر رکھی ہے۔ آپ نے اکثر تجربہ کیا ہوگا کہ آپ آنکھیں بند کئے لیٹے ہیں اور ایک نیم بیہوشی طاری ہے۔ آپ باتوں کی آوازیں سن رہے ہیں۔ آنے جانے والوں کے پاؤں کی چاپ ملتے ہیں مگر بظاہر سو رہے ہیں، کو حقیقت میں نیند نہیں کہہ سکتے بلکہ سکون اعضا ہے۔ چونکہ جنس دم کی مشق اور تصورات کے پختہ کرنے میں اعضا کو بے حد سکون حاصل ہوتا ہے۔ اس لئے خواب کی مہی کیفیت طاری ہو جاتی ہے۔ لیکن یہ کیف ابتدا میں ہی ہوتا ہے۔ چند روز کے بعد یہ طاقت بے لگائی ہے اور آپ مشق میں بالکل ہوشیار رہ سکتے ہیں۔ متصفین نے ان مقامات کو چند در چند تقاسیم سے ایسا لایجل مسئلہ بنا دیا ہے اور میں اسے کوئی دقیقہ نہیں سمجھتا۔ یہ تقاسیم کیا ہیں ان کو میں ایک واضح مثال سے بیان کرتا ہوں۔ ہم کو ایک مقام سے دوسرے مقام تک جانا ہے اور درمیان میں فاصلہ مثلاً دس میل کا ہے۔ اب ایک مسافر چلا اور مقام مقصود کو پیش نظر رکھ کر راستہ طے کرنا شروع کر دیا۔ راستے میں پل بھی طے۔ عمارتیں بھی طے۔ شڑک کے موڑ بھی طے۔ درخت بھی طے۔ غرض کہ چند در چند مقامات طے۔ مسافر سب کو طے کرتا ہوا منزل مقصود پر جا رہا ہے۔ کتابوں کے مؤلفین نے کیا کام کیا ہے کہ اس راستہ کے ہر ہر قدم کا نشان دیا ہے کہ فلاں جگہ عمارت ہے۔ فلاں جگہ پل ہے۔ فلاں جگہ فلاں درخت ہے۔ اور فلاں جگہ فلاں درخت ہے۔ اس سے سوائے طویل کلام کا راہرو کو کوئی خاص فائدہ نہیں۔ البتہ اس کی ضرورت ہے کہ اس راستہ کے دو چار مقامات

پتے دیدئے جائیں تاکہ مسافر منزل مقصود پر سیدھا چلا جائے اور راستے میں بیکے نہیں اس کی کیا ضرورت ہے کہ ہم ہر نشان راہ اور ہر قدم کے فاصلہ کو بتائے جائیں۔  
 قدم قدم کا نشان بتانا سوائے طول کلام کے کوئی مفید نہیں۔ جب عامل میں دم کی مشق شروع کرتا ہے تو جو علامات ابتدائیں ظاہر ہوتی ہیں ان پر خود ہی جوڑ کر تاپلا جاتا ہے۔ اصل شے علم النفس میں جس نفس ہے۔ جب آپ اپنی سانس کے روکنے پر قادر ہو جائیں گے وہ سب کیفیات سامنے آنا شروع ہو جائیں گی۔  
**قاعدہ :-** حضرت شیخ سعدی علیہ الرحمۃ نے گلستاں میں ایک شعر تحریر فرمایا ہے جو یہ ہے :-

از ازل مار بر پائے راعی زند کر تر سد مرش را بکبد ز جنگ  
 یعنی سانپ اس لئے پاؤں میں کاٹتا ہے کہ اس کو اس بات کا خوف ہے کہ اس  
 یہ میرا تر نہ کھل دے۔ اگر سانپ کے دل میں اپنے مارے جانے کا خوف نہ ہو  
 تو پھر وہ بھی کسی کو مارنے کی سعی نہ کرتا۔ اس شعر میں علم النفس کے قاعدہ تقیید  
 دہنا کا ذکر ہے جس سے یہ مراد ہے کہ کسی کو تکلیف نہ دو۔ جب آپ کسی کو تکلیف  
 نہ دیں گے۔ وہ بھی آپ کو تکلیف نہ دیگا۔ اسی قانون کے ماتحت ہم دیکھتے ہیں  
 کہ بعض بزرگوں کو سانپ سے۔ شیر سے اور دیگر درندوں سے کوئی خوف نہیں  
 ہوتا۔ اور نہ وہ ان سے خوف کھاتے ہیں۔ آپ یہاں شاید یہ اعتراض پیدا  
 کریں کہ مثلاً شیر کسی کو مذبحہ خوف یا انتقام کے ماتحت نہیں پھاڑتا۔ بلکہ وہ اپنی  
 غذا کے لئے پھاڑتا ہے۔ اس اعتراض کا جواب میرے بیان میں آجائے گا۔  
 ایک سانپ آ رہا ہے۔ ہمیں اس کے مارنے کی ضرورت نہیں۔ لیکن وہ خوفزدہ  
 ہے تو اس کے خوف کو ہم کس طرح دور کریں۔ اور کس طرح اس کے دل میں ڈالیں  
 کہ ہم تیرے دشمن نہیں بلکہ دوست ہیں۔ اس کے لئے آپ کو یہ تسلیم کرنا پڑے گا کہ

حیوانات میں اپنے دوست اور دشمن کا احساس ہے۔ ایک پرند اپنے ہم جنس اور غیر  
 مکلف پرند سے خوف نہیں کرتا۔ مگر جو پرندے اس کے کھابانے والے ہیں ان کی  
 صورت دیکھ کر ڈراتا ہے۔ جس کے یہ معنے ہیں کہ حیوانات میں احساس ہے اور  
 سمیرزم کے قواعد نے یہ مسئلہ حل کر دیا ہے کہ انسان اپنے خیالات کا اثر دوسروں پر  
 ڈال سکتا ہے اور اپنے خیال سے دوسروں کو موثر کر سکتا ہے۔ سمیرزم میں جن صحابی  
 مشق پر مبنی ہوئی ہے وہ اکیلے تمام انجمن اور محفل کو موثر کر دیتے ہیں۔ جب آپ تعلیم  
 تصدیق کی مشق شروع کریں گے تو آپ میں اس قدر قوت پیدا ہو جائے گی کہ آپ  
 ہر عاقل اور لایعقل کو موثر کر سکیں۔ چونکہ آپ قاعدہ تصدیق پر عامل ہوں گے  
 ہیں اور آپ کے قلب میں رحم کے جذبات پیدا ہو چکے ہیں۔ اس لئے جو غمخوار  
 اور آپ کا دشمن ملنے آئیگا۔ آپ اپنی برقی قوت سے اس کو اپنے اوپر رحیم  
 بنا سکیں گے۔ اب نہ شیر آپ کو ستائیگا۔ نہ سانپ کاٹے گا۔ بلکہ سب آپ کے دوست  
 بن جائیں گے۔ (تصدیق یعنی ایسا کسی کو تکلیف نہ دینا) اس کا قاعدہ یہ ہے کہ اول تو  
 ظاہری طریق پر اپنے آپ کو دوسروں کی تکلیف دینے سے روکیں (ماہر سے  
 زبان سے نہ شک نہ ہر ہر عضو سے یہ حرکت نکال دیں جس سے کسی کے دل کو تکلیف  
 پہنچے اور مختصر طریق پر یہ کہ قصد کر لیں کہ میں کسی کو تکلیف نہیں دوں گا چاہے وہ  
 میرا دشمن ہی ہو۔ ظاہر کا اثر باطن پر پڑتا ہے اور زیر علم النفس اس کی مشق کا  
 قاعدہ یہ ہے کہ آپ بستر پر خوب آرام سے لیجے ہو کر لیٹ جائے۔ شمسی سر کو  
 روٹی سے بند کر لیجئے اور قمری سر کو جاری کیجئے۔ اور منہ کے ذریعہ سے ایک لمبی  
 اور گہری سانس سینے میں بھرتیئے۔ اور قمری سر کے ذریعہ سے آہستہ آہستہ باہر کو  
 نکالئے۔ اس کا لحاظ رہے کہ سانس اندر کی طرف کشید زور سے کریں اور باہر  
 آہستگی سے نکالیں (قمری سر سے) اور تصور کریں کہ میں ظلم۔ ستم۔ زور اور



تقدیر کو اپنے قلب سے باہر نکال رہا ہوں۔ یہ شوقِ روزانہ تیس منٹ کیجئے اس  
 شوق میں ایسا سکون اور اطمینان حاصل ہوتا ہے کہ آپ اس ذوق میں خود  
 ہی بہت دیر تک مشغول رہیں گے۔ چند روز میں آپ کا دل اس قدر ماضی  
 ہو جائے گا کہ دنیا میں کسی کی طرف سے آپ کے دل میں غصہ اور کاوش نہ رہی  
 ہر شخص کے واسطے آپ کے دل میں رحم ہوگا۔ اب جو شخص اور جو حیوان آپ کو  
 دیکھے گا وہ آپ کے قلبی رحم سے متاثر ہوگا۔ اور خود اس کے دل میں جذباتِ رحم  
 پیدا ہو جائیں گے۔ اور آخر کار یہ اثر ہائیک بڑھے گا کہ آپ کے سامنے بھیڑ اور  
 بکری۔ سانپ اور رشتی برابر ہوں گے۔

**قاعدہ :-** روزہ کسی نہ کسی صورت میں تقریباً تمام مذاہب میں پایا  
 جاتا ہے اور اسلام نے تو اسے فرائض میں داخل کیا ہے اور اس کی تکمیل کی بہت ہی  
 تاکید کی ہے۔ علمائے اسلام نے جو وجوہ فرضیتِ روزہ کے بیان کئے ہیں کچھ بھی  
 مجھے اس میں یارائے دمِ زدن نہیں۔ تاہم میں اس قدر عرض کروں گا کہ یہ دلائل اور  
 براہین کمزور ہیں۔ مثلاً روزے کا ایک فلسفہ یہ بیان کیا جاتا ہے کہ روزہ سے بھوک  
 اور پیاس کی قدر معلوم ہوتی ہے اور اس سختی اور فقراء کی ہمدردی کا جذبہ  
 پیدا ہوتا ہے کیونکہ مصیبتِ زدہ کی قدر وہ ہی شخص خوب جانتا ہے جو خود  
 کسی مصیبت میں گرفتار ہو چکا ہو۔ ”ولی راوی سے شناسد“ اس پر یہ اعتراض  
 پیدا ہوتا ہے کہ اگر اس وجہ کو تسلیم کر لیا جائے تو پھر تقاضائے عدل یہ تھا کہ روزہ  
 صرف امراء اور رؤسا پر فرض ہوتا۔ وہ لوگ جو بے رمضان شریف کے بھی  
 آٹے دن فلتے میں مبتلا رہتے ہیں ان پر روزہ فرض نہ ہوتا۔ کیونکہ وہ بے رمضان  
 شریف کے بھی بھوک اور پیاس کی قدر و عافیت سے روشناس ہوتے رہتے ہیں۔  
 باوجودیکہ فرضیتِ روزہ میں امیر و غریب کی تخصیص نہیں۔ روزہ ہر مسلمان مرد

اور عورت پر فرض ہے۔ دوسری وجہ روزے کی یہ بناٹی جاتی ہے کہ روزے سے  
 فاسد خون جسم کا خشک ہو جاتا ہے اور سال بھر میں جو خون کی زیادتی ہو گئی تھی  
 وہ روزوں کے سبب سے پھر درجہ اعتدال پر آگئی۔ اس دلیل میں بھی وہی  
 خرابی ہے کہ ایسی حالت میں روزہ ان لوگوں پر ہی فرض ہوتا جن میں خون کی  
 زیادتی ہے۔ حالانکہ غریبہ میں خون کی مقدار بڑھتی ہی نہیں ان کو وہ غذائیں  
 اور عیش و عشرت نصیب ہی نہیں جو خون بڑھانے میں مدد معاون ہو۔ اس قسم کی  
 تاویلات اور تفسیرات کوئی حق پیدا نہیں کرتیں۔ اس قسم کے احکام میں سیدھی  
 سادھی بات یہ ہے کہ حکم ماکم میں کوئی سبب خاص نہیں ہوتا اور جو ہو تو ملازم یا  
 غلام کو دریافت کرنے کا منصب حاصل نہیں۔ بس روزہ حکم الہی کہیں ہے۔ اگر  
 کوئی خوبی اس میں معلوم کی جائے تو اس سے غرض تصفیہ باطن اور ذکاوت عقل ہے  
 اگر روزہ میں جس دم کی مشق کی جائے تو طالب بہت جلد عرس مقصد سے ہمکنار  
 ہو جاتا ہے۔

**قاعدہ:** قلاب طلوع ہونے سے کم ایک گھنٹہ قبل بستر خراب سے  
 اٹھ جاؤ۔ مزہ ریات سے فارغ ہو کر اور اگر غسل ممکن ہو تو غسل کر کے ورنہ منہ ہاتھ  
 دھو کر (اگر مسلمان ہو تو وضو کر کے) اپنی مذہبی عبادت کرو۔ لیکن یہ سب کام  
 طلوع آفتاب سے آدھ گھنٹہ قبل ختم ہونا ضروری ہیں۔ اب نہایت اطمینان  
 اور سکون سے مشرق کی طرف منہ کر کے پالتھی مار کر بیٹھ جاؤ اور اپنے شمس شر کو  
 چارویں طرف سے دیکھ کر کہ یہ تصور کرو کہ آفتاب طلوع ہو رہا ہے۔ تمہارے  
 خیال میں طلوع آفتاب کا اس قدر نمایاں ہو جائے کہ گویا آفتاب طلوع ہو رہا  
 ہے۔ یہ حال تاں کہ ابھی آفتاب طلوع ہونے میں دیر ہے (یہ شق اس وقت تک کرو کہ  
 آفتاب طلوع ہو جائے) اس شق ختم ہو گئی۔ چند روز کی مشق میں (اکسیر یوم تک)

علا

آپ کے چہرہ پر جلال - روشنی - سرخی پیلوؤں شروع ہو جائے گی۔ آنکھیں سرخ  
 اور بارہب ہو جائیں گی۔ اور بادشاہوں جیسا عجب تم میں پیدا ہو جائے گا  
 ہر شخص آپ کے سامنے کمروری کا اظہار کرے گا اور لوگوں کے چہروں میں آپ کی  
 وقعت پیدا ہوگی۔ اس مشق میں اس قدر قوت ہے کہ اگر میں ایسا شخص اکثر نہیں  
 بند کئے رہتا ہے یا منہ پر نقاب ڈال لیتا ہے۔ کیونکہ اس کے نظارہ آنکھیں دنیا  
 جاتی ہیں۔ کوئی اس کی طرف نظر بھر کر نہیں دیکھ سکتا۔ ایسا شخص اپنی آنکھوں سے  
 آگ لگا سکتا ہے۔ لیکن یہ واضح رہے کہ اس عمل میں گرمی بہت ہوتی ہے۔ اس  
 قاعدہ کی مشق کرنیوالا سخت سردی میں بھی کپڑا نہیں پہن سکتا۔ میں نے لاپور  
 میں ایک فقیر کو دیکھا کہ وہ سخت سردی میں بھی برہنہ رہتا تھا اور قطرات عرق  
 اس کے چہرہ پر ہوتے تھے۔ اس کی آنکھوں میں جلال تھا اور جسم نہایت تڑی  
 تھا۔ لوگ کہتے تھے کہ اس نے کوئی کشتہ کھایا ہے مگر حقیقت میں وہ طلوع آفتاب کی  
 مشق کیا کرتا تھا۔ لیکن عامل کو لازم ہے کہ جب جسم میں حرارت پیدا ہو جائے تو  
 اس مشق کو چند دن کے لئے روک دے۔ ترک کر دینے سے حاصل شدہ طاقت  
 میں کمی نہیں آئے گی۔ اگر جسم میں حرارت پیدا ہونے کے بعد بھی مشق جاری  
 رکھے گا تو خوف جنون و دیوانگی ہے۔ بِسْمِ اللّٰہِ الرَّحْمٰنِ الرَّحِیْمِ اَللّٰہُمَّ عَلِّمْنِیْ  
 اَنْتَ اَنْتَ الْعَلِیْمُ الْحَکِیْمُ۔

میں نام نہاد اور احسان فراموش ہوں اگر میں اپنے محترم و مکرم جناب اسد  
 علی صاحب قبلہ مدظلہ العالی کا ذکر آخر کتاب میں نہ کروں۔ اور ان کا شکریہ  
 ادا نہ کروں۔ میرے کرم فرمانے ہر ہر موقع پر میری بیش بہا امداد کی ہے۔  
 اور زبانی نہیں بلکہ جب مجھے مجبور اور حیران دیکھا سیکردوں روپے سے  
 میری امداد کی۔ اس کتاب کا مسودہ تیار تھا۔ لیکن جنگ کے سبب سے

کاغذ اس قدر گر اپ تھا کہ میں اس کی طباعت کا انتظام نہ کر سکتا تھا۔ میرے  
 محترم نے مبلغ ایک سو روپے نقد عطا فرما کر مجھے اس قابل بنا دیا کہ میں اس  
 کتاب کو طبع کر کے آپ کے سامنے پیش کروں (اسی طرح ہر ہر قدم پر آپ  
 محترم نے امداد کی ہے جس کا مفصل ذکر میں رسالہ روحانی عالم میں کرتا رہا ہوں)  
 ایز و قرائنا آپ کو آپ کی اہلیہ محترمہ کو۔ آپ کے بال بچوں کو۔ آپ کی  
 تجارت کو۔ عزت کو۔ دولت کو۔ ابد الابد تک قائم رکھے۔ یہ کتاب  
 اس وقت بھی کسی اللہ کے بندے کے زیر مطالعہ ہوگی جب شفق زمین کے  
 نیچے خاک بھی ہو چکا ہوگا۔ لیکن اے پڑھنے والے اللہ کے واسطے شفق  
 کیلئے دعا مغفرت کر اور میرے محسن جناب اسد علی صاحب قبلہ کے حق میں بھی  
 دعا کر (قبلہ اسد علی صاحب کا وطن تو سورت ہے مگر آپ کے والد  
 محترم کا کاروبار ملک سیام میں تھا۔ آپ نے سیام میں ہی پرورش پائی اور  
 اسی جگہ مستغلا دو دو باش ہے۔ گویا اب سیام ہی وطن ہے) و آخر دعوانا  
 ان الحمد للہ رب العالمین والصلوٰۃ والسلام علی رسولہ وآلہ  
 والہ الطاہرین و علیہم السلام یا ارحم الراحمین  
 الحمد للہ کہ آج چار ماہ کی دماغ سوزی اور شب بیداری کے بعد آج ۸ ماہ  
 اکتوبر ۱۳۴۱ھ مطابق ۶ شوال المکرم ۱۳۶۰ھ روز شنبہ وقت صواوس  
 بجے دن کے بعون اللہ یہ کتاب ختم ہوئی۔ تاریخ کی بھی نظر تھی جو اندکان سے عالم غیب سے  
 عطا ہوئی۔ قطعہ تاریخ ۵

نفوس قدس کے ہیں اسمیں اسرار  
 ضیا پاشی میں ہے یہ رشک و خورشید  
 شفق تھامے رنگوں از بہر تاریخ  
 وہیں ہاتھ لگا دیا باغ حشید  
 (فقیر الحاج مرزا محمود علی شفق یا سنت رامپور کوچہ رنگوٹا)